پڑھ تیرا رب بڑا کریم ہے جس نے علم سکھایا قلم سے

پیغمبرانہ تعلیمات، روحانی و سائنسی علوم اور نظریہ رنگ و نور کا نقیب

ماہنامہ — کراچی

ممبر آل پاکستان نیوز پیپرز سوسائٹی

جلد: 37 شمارہ: 4

مارچ 2015ء / جمادی الاول ۱۴۳۶ھ

فی شمارہ: 75 روپے

سرپرست اعلیٰ:

ابدال حق قلندر بابا اولیاءؒ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

مینجنگ ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

پی ایچ ڈی۔ ایف ایم ایچ ڈی

اعزازی معاون

سہیل احمد

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک)..... سالانہ 800 روپے

بیرون پاکستان کے لیے..... سالانہ 70 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

1-D، 1/7 ناظم آباد، کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل فیس بک ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com/roohanidigest

www.roohanidigest.net

پبلشر، پرنٹر، ایڈیٹر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی۔ مقام: روحانی ڈائجسٹ پریس

مقام اشاعت 1-D، 1/7 ناظم آباد کراچی 74600

اس ماہ بطور خاص.....

175
ربع صدی پہلے
تنوع
فینگ شوئی
115
صحت مند زندگی
جسم کے عجائبات
ایڈرینل گلینڈ
159

ہر آدمی یہ جانتا اور سمجھتا ہے کہ خاندان کے افراد جب تک مل جل کر یکجائی جذبات کے ساتھ رہتے ہیں ان کی ایک حیثیت ہوتی ہے، ان کی اپنی ایک آواز ہوتی ہے، ان کی ایک اجتماعی قوت ہوتی ہے۔ ملت اسلامیہ کی شیرازہ بندی کی طرف قرآن ہمیں ان الفاظ میں متوجہ کرتا ہے۔

ترجمہ: "اور تم سب مل کر اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لو اور تفرقہ مت ڈالو۔" (آل عمران: 103)

اسلام انسانیت کی بقاء، معاشرے میں امن و سلامتی، اتحاد، اخوت اور بھائی چارے کا ضامن ہے۔ اس میں فرقہ پرستی کی کوئی گنجائش نہیں۔ قرآن ایک خاندان، ایک کنبہ کی طرح مسلمانوں کو ہدایت کرتا ہے کہ سب متحد ہو کر مضبوطی کے ساتھ اللہ کی رسی کو پکڑیں اور بکھر کر اپنی طاقت کو ختم نہ کریں۔

حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں:

> اجتماعی وحدت کو اللہ کی تائید حاصل ہوتی ہے، جو کوئی جماعت سے جدا ہو گا وہ دوزخ میں جا گرے گا۔ (ترمذی)

اللہ تعالیٰ نے قرآن حکیم میں ایک مقام پر فرمایا:

"بیشک جن لوگوں نے (جدا جدا راہیں نکال کر) اپنے دین کو پارہ پارہ کر دیا اور وہ (مختلف) فرقوں میں بٹ گئے، آپ کسی چیز میں ان کے (تعلق دار اور ذمہ دار) نہیں ہیں۔" (سورۂ انعام: 159)

اس آیت کریمہ میں حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو آگاہ کیا جا رہا ہے کہ ایسے لوگوں سے کوئی تعلق نہ رکھا جائے، جنہوں نے اپنے دین کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے اپنی جمعیت کا شیرازہ منتشر کر دیا۔

کوئی نظام اس ہی وقت نظام کا درجہ پاتا ہے جب اس کی بنیادیں مستحکم ہوں اور اس نظام کو چلانے والے اس کی حفاظت میں کمربستہ رہیں۔

زمین پر آدم و حوا کے وجود کے ابتدائی مرحلہ سے لاکھوں سال بعد تک معاشرتی نظام قائم ہے۔ جیسے جیسے شعوری ارتقاء ہوتا رہا.... معاشرے کی بنیادیں تو وہی ہیں لیکن ضرورت کے مطابق اصلاح و تجدید ہوتی رہی۔

آدم و حوا جنت سے جب زمین پر آئے تھے اسی وقت ستر پوشی کا نظام قائم ہو گیا تھا۔ زمین پر آدم و حوا کی نسل بڑھی تو زندہ رہنے کے وسائل کی پیداوار اور تقسیم کا عمل شروع ہوا۔ پھر یہ معاشرہ ایک عورت اور مرد کی حسن تدبیر سے خاندان، قبائل، قوم اور ملک کی صورت اختیار کرتا چلا گیا۔

زندہ رہنے اور حیوانات سے ممتاز ہونے کے لئے آدم نے (اپنے علم سے جو اسے یوم ازل میں منتقل ہو چکا تھا) قوانین بنائے۔ ہابیل، قابیل دونوں بھائیوں میں سے ایک بھائی نے جب اپنے باپ آدم کے بنائے ہوئے قانون کو ضد، ہٹ دھرمی اور اپنی انا سے توڑ ڈالا تو زمین پر پہلا قتل ہوا یعنی قانون توڑنے کا پہلا ردعمل اولاد آدم کے سامنے قتل کی صورت میں ظاہر ہوا۔

آدم نے اپنے پیغمبرانہ علم کی روشنی میں انسانی نسل کے لئے جو معاشرتی قوانین ترتیب دیئے۔ اسی بنیاد پر اصلاحی کام شروع ہوا.... مرد اور عورت دونوں کے حقوق کا تعین ہوا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ چالاک اور خود غرض لوگوں نے معاشرے میں نقب لگائی اور اصلاحی معاشرہ تخریبی معاشرہ بن گیا.... مرد چونکہ اعصابی طور پر مضبوط تھا اس نے چالاک حکمت عملی کے تحت زور بازو سے ہر چیز کو اپنی ملکیت بنالیا۔ فطرت کا یہ قانون کہ "مرد و عورت دونوں ایک دوسرے کے ساتھ اور لباس ہیں اور دونوں اسی طرح مساوات کے عمل میں شریک ہیں کہ ہر کوئی اپنا فرض پورا کرے اپنا حق حاصل

کرے کسی کے حق پر غاصبانہ قبضہ نہ کرے اور اپنا حق نہ چھوڑے۔"

پر عمل نہیں ہو سکا۔ چونکہ معاشرہ مرد اور عورت (دو یونٹ) کے بغیر مکمل ہی نہیں سکتا۔ اس لئے مرد نے پہلی ضرب عورت پر لگائی اور وہ یہ بھی بھول گیا کہ.... "مرد کی پیدائش اور تخلیق کے عمل میں مرد کے کردار کے مقابلے میں عورت کا کردار تین حصے زیادہ ہے۔"

جنسی غلبے نے آدم زاد کو حیوانات سے زیادہ مغلوب کر دیا اور اس طرح.... عورت کو گھریلو استعمال کی ایک چیز سمجھا جانے لگا۔ بھیڑ بکریوں کی طرح اس کی خرید و فروخت ہونے لگی۔ مرنے والے مرد کے مال کے ساتھ عورت وراثت میں تقسیم ہو جاتی تھی۔ یورپ میں عورت کی وقعت اس حد تک کم تھی کہ وہ عورت کو انسان تسلیم کرنے پر تیار نہیں تھے۔ ہندوستان میں بیوی کو خاوند کے ساتھ ستی کر دیا جاتا تھا۔ یعنی خاوند کے ساتھ زندہ جلا دینا عورت کا مقدر بنا دیا گیا تھا.... وہی یورپ جو عورت کو انسان کا درجہ دینے پر تیار نہیں تھا.... انقلاب فرانس کے بعد وہاں اتنا ضرور ہوا کہ عورت کو مرد کی خادمہ تسلیم کر لیا گیا۔

زمانے کے نشیب و فراز کے ساتھ زمین پر فساد برپا ہوتا رہا اور آدم کا بیٹا زمین کو اجاڑنے کے منصوبے بناتا رہا.... پھر حرص و ہوس اور اقتدار کی بھٹی میں ایسے ایسے مہلک ہتھیار بنائے کہ زمین پر شگوفے کھلنے کی بجائے آگ و خون کا بازار گرم ہو گیا.... اقتدار کی خواہش نے لاکھوں مردوں کو لقمۂ اجل بنا دیا۔ مرد کم ہو گئے تو عورتوں کی کثرت سے نئے نئے مسائل سامنے آئے۔ عورتیں پاگل ہو کر سر بازار آ گئیں۔ زمین پر آدم کی نسل کم ہونے لگی تو مرد سر جوڑ کر بیٹھے اور عورت کو ایسی آزادی دی کہ معاشرہ مزید درہم برہم ہو گیا۔ غیر جانبدار سوچ بتاتی ہے کہ اس میں بھی مرد کی خود غرضی سے صرف نظر نہیں کیا جا سکتا۔

سوال یہ ہے کہ سب کچھ مرد ہی کیوں کرتے ہیں۔ کیا عورت میں عقل و شعور نہیں ہے۔ کیا عورت مرد کی ماں نہیں ہے۔ کیا وہ عضو معطل ہے؟

کسی بھی زمانے میں مرد نے اپنی طاقت، مضبوط اعصاب، شیلنت اور مکر و فریب سے عورت کو اقتدار میں اپنے برابر نہیں بٹھایا۔ اب جب کہ عورت کو حقوق دینے کی باتیں ہو رہی ہیں اور مساوات کے نام پر عدم مساوات کی تحریکیں چلائی جا رہی ہیں مادی چکاچوند میں معاشرے کو تباہی کی طرف دھکیلا جا رہا ہے یہ بھی زمین پر آباد پر امن لوگوں کے خلاف ایک سازش ہے۔

عورت اور مرد معاشرے کے دو اہم رکن ہیں جس طرح مرد کے بغیر کوئی معاشرہ قائم نہیں ہو سکتا اسی طرح معاشرے کے اہم ترین رکن عورت کو اگر الگ کر دیا جائے تو سارا کائناتی نظام درہم برہم ہو جائے گا۔

خالق کائنات نے جو تخلیق کرنے والوں میں بہترین خالق ہے۔ کائناتی معاشرے کو دو رخوں سے بنایا ہے اور بار بار پیغمبروں کے ذریعہ اس کی وضاحت کرائی ہے۔ عورت اور مرد دو رخوں کی تخلیق ہے۔ عورت اور مرد دونوں کے اپنے اپنے فرائض ہیں جب بھی ان فرائض منصبی کو کم وقعت سمجھا جائے گا معاشرے میں توٹ

پھوٹ کا عمل شروع ہو جائے گا۔

❖❖❖

جب کسی مسئلہ کو حل کرنے کے لئے ڈانڈے ملائے تو بہت سی ایسی باتیں سطح پر ابھر آتی ہیں کہ جن کا تجزیہ اگر کیا جائے تو بہت تلخ حقائق منصۂ شہود پر جلوہ گر ہوتے ہیں۔

قرآن کہتا ہے کہ اللہ نے ہر چیز جوڑے جوڑے بنائی ہے۔ مذہبی حلقہ کہتا ہے کہ عورت کو مرد کی اداسی کم کرنے اور اس کا دل خوش کرنے کے لئے پیدا کیا گیا ہے۔

عفت و عصمت کا تذکرہ آتا ہے تو وہاں صرف اور صرف عورت زیر بحث آتی ہے۔ کیا مرد کو عفت و عصمت کی ضرورت نہیں.....؟

یہ عورت وہ عورت ہے جس کے خون کا ایک ایک قطرہ مرد کا ایک ایک عضو بن جاتا ہے یہ وہ عورت ہے جو اپنے اندر موجود تخلیقی فارمولوں سے بارہ کھرب خلیوں کو جنم دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو نو مہینے اپنے پیٹ میں بچہ کی نشو و نما کے لیے دن رات ایک کر دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو مرد کے لئے زندگی میں کام آنے والی تانے بانے سے جسمانی خدوخال کے لباس تیار کرتی ہے یہ وہ عورت ہے جو جو دو سال تک اپنا خون جگر بچہ کے اندر انڈیلتی رہتی ہے یہ کیسی بد نصیبی اور ناشکری ہے کہ وہی مرد جس کی رگ رگ میں عورت کی زندگی منتقل ہوتی رہتی ہے۔ مرد کی تفریح کا ذریعہ سمجھی جاتی ہے۔ بے روح معاشرے نے عورت کو مرد کے مقابلے میں ایسا کردار بنایا کہ جس کو دیکھ کر ندامت سے گردن جھک جاتی ہے۔ مرد نے عورت کو ایک اشتہاری چیز بنا دیا ہے۔ سڑکوں پر آویزاں بورڈوں پر، اخباروں میں، ضرورت زندگی کی اشیاء کے پیکٹوں پر انتہا یہ کہ گندگی اور غلاظت صاف کرنے والے نمن کے سربند ڈبوں پر بھی ہمیں عورت کی تصویر نظر آتی ہے۔

تف! کتنی بے حرمتی ہے اس ہستی کی جس نے اپنا سب کچھ تج کر مرد کو پروان چڑھایا ہے۔

بلاشبہ یہ کھلی ناانصافی اور فراموشی ہے۔ ناشکری اور ناانصافی کا رد عمل اس قدر بھیانک اور علم ناک ہوتا ہے کہ تاریخ اس سے لرزہ براندام ہے دنیاوی علوم سے آراستہ دانشوروں کا یہ وطیرہ کم عقلی پر مبنی قرار دیا جا سکتا ہے مگر جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ روحانی علوم کے لامتناہی میدان میں بھی عورتوں کو نظر انداز کیا گیا تو اعصاب پر موت سے کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ سینکڑوں سال کی تاریخ میں مشہور و معروف اولیاء اللہ کی فہرست پر نظر ڈالیے تو صرف ایک عورت کی نشاندہی ہوتی ہے اور اسے بھی آدھا قلندر کہہ کر اس کی بے وقعتی کی گئی ہے۔ کیا عورت اور مرد کے اندر الگ الگ روحیں کام کرتی ہیں۔ کیا روح میں تخصیص کی جا سکتی ہے؟ کیا روح بھی کمزور اور ضعیف ہوتی ہے؟ اگر ایسا نہیں ہے تو عورت کی روحانی اقدار کو کیوں محجوب رکھا گیا ہے؟ مردوں کی طرح ان خواتین کا تذکرہ کیوں نہیں کیا گیا جو اللہ کی دوست ہیں؟ وہ کون سی ایسی صفت ہے جو سورۂ احزاب کی ۳۵ ویں آیت میں مردوں کے لیے گنوائی گئی ہے اور عورتوں کو اس سے محروم رکھا گیا ہے؟ اللہ تعالیٰ مرد اور عورتوں کی

یکساں صفات بیان کرتے ہیں ارشاد فرماتے ہیں:

تحقیق مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں اور ایمان والے مرد اور ایمان والی عورتیں اور قرآن پڑھنے والے مرد اور قرآن پڑھنے والیاں اور سچ بولنے والیاں اور صبر کرنے مرد اور صبر کرنے والیاں اور عاجزی کرنے والے اور عاجزی کرنے والیاں اور خیرات دینے والے مرد اور خیرات دینے والیاں اور روزہ رکھنے والے اور روزہ رکھنے والیاں اور نگہبانی کرنے والے شرم اپنی کی اور نگرانی کرنے والیاں اور یاد کرنے والے اللہ کو بہت یاد کرنے والیاں تیار کیا ہے اللہ نے واسطے ان کے بخشش اور ثواب بڑا۔ (قرآن)

اسلام شرف کا علم بردار ہے۔ اس نے سارے انسانوں کو واجب عزت قرار دیا ہے۔

اسلام اللہ کا قانون ہے۔ اس قانون نے عورت کو مساوی حقوق دیئے ہیں۔ معاشرے کی تعمیر میں عورت کا بھرپور کردار ہے۔... وراثت میں اسے حصے دار بنایا ہے۔ بالغ عورت کو کسی کے ساتھ نکاح پر مجبور نہیں کیا جا سکتا۔ شوہر کے لئے عورت کے حقوق پورے کرنا اسے خوش رکھنا اور اس پر خرچ کرنا اللہ نے عبادت قرار دیا ہے۔ عورت کے اوپر بھی مرد کے حقوق قائم کئے ہیں۔ عورت کو معاشرے کی تعمیر میں ایک اہم کردار ادا کرنے یعنی اولاد اور نسل انسانی کی صحیح تربیت اور تعلیم کی ذمہ داری سونپی گئی ہے۔

موجودہ سائنسی اور مادیت زدہ معاشرہ میں عورت کے اوپر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ وہ اللہ کے دیئے ہوئے حقوق کی حفاظت کرے.... اپنی انا کو ٹٹولے اور دیکھے کہ اس کے کاندھوں کو قدرت نے کتنا طاقتور اور مضبوط بنایا ہے۔ عورت پر لازم ہے کہ وہ اپنی نسل اور اپنی اولاد.... بیٹے اور بیٹیوں کو بتائے کہ مادی اقتدار عارضی ہے۔ مادی زندگی فریب کے لباس میں قید ہے.... محض مادی اقتدار قوموں کے زوال کی علامت ہے۔ مادی اقتدار کے پجاری اخلاقی قدروں کو پامال کر دیتے ہیں اور زمین آگ کا دریا بن جاتی ہے۔ اور اس آگ میں مرد اور عورت دونوں جل کر بھسم ہو جاتے ہیں۔

اے عورت! تو میری ماں ہے۔

تو نے مجھے جنم دیا ہے۔ عدم سے وجود میں لانے کیلئے تو میرے لئے وسیلہ اور ذریعہ بنی ہے۔

تیرے اندر کی آتما، تیری روح نے میری تخلیق کی ہے۔

اے عورت! تو میری شناخت ہے تو نہ ہوتی تو میں بھی نہ ہوتا۔

میری رگوں میں جو خون دوڑ رہا ہے وہ تیرا ہی خون ہے۔

اے میری ماں، میری بہن، میری لخت جگر بیٹی! تم اور مرد ایک اللہ کی تخلیق ہو تمہارے اور مرد کے اندر ایک اللہ کی روح ہے۔ تمہارے اندر بھی وہ تمام صلاحیتیں اور صفات موجود ہیں جو قدرت نے مرد کو ودیعت کی ہیں۔

ççç

ایک پر امن، خوشحال و مستحکم معاشرہ کے قیام کے لئے سب سے جامع، ہمہ گیر اور دنیا کے تمام خطوں اور وقت کے تمام ادوار کے لئے قابلِ عمل رہنمائی اللہ کی آخری کتاب قرآن مجید اور اللہ کے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تعلیمات میں ملتی ہے۔

الحمد للہ ہم مسلمان ہیں، رحمتہ اللعالمین ﷺ کے پیروکار ہونے کا دم بھرتے ہیں۔ تو پھر آج ہمارا معاشرہ ابتری اور افراتفری کا شکار کیوں ہے؟..... ہمارے ملک میں رشوت، ملاوٹ، میرٹ کا قتل، ظلم و زیادتی کیوں عام ہے۔ قرآن اور تعلیمات نبوی ﷺ سے آگہی کے باوجود ہم ان خراب حالات سے کیوں دوچار ہیں؟..... ہمارے ساتھ مسئلہ کیا ہے؟.....

سنجیدگی اور غیر جانبداری سے غور کریں تو اندازہ ہو گا کہ ہمارا مسئلہ ہماری ذہنی کجی ہے۔ ہم اپنی سوچ و فکر کا جائزہ لیں تو اندازہ ہو گا کہ اپنی ذات، اپنے معاشرہ، اپنے ملک میں ہم دہرے معیارات پر عمل پیرا ہیں۔ ہم قرآن کی تلاوت کرتے ہیں لیکن اپنی زندگی اس کی ہدایت کے مطابق بسر نہیں کرتے۔ حضرت محمد ﷺ سے تعلق بلکہ عشق کا دم بھرتے ہیں لیکن اس کا اظہار آپ ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر عمل کے ذریعہ نہیں کرتے۔ ہم میں سے اکثر کا حال یہ ہے کہ ان کے لئے دین الگ ہے اور دنیا الگ..... اس طرز فکر اور طرز عمل نے ہمارا حال بگاڑ دیا ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہمارا حال درست کس طرح ہو سکتا ہے۔ آیئے اس سوال کا جواب قرآن سے حاصل کرتے ہیں۔

> اور جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور اس چیز کو مان لیا جو محمد (ﷺ) پر نازل ہوئی اور وہ سراسر حق ہے ان کے رب کی جانب سے۔ اللہ نے ان کی برائیاں ان سے دور کر دیں اور ان کا حال درست کر دیا۔

سورۂ محمد کی اس آیت میں دنیا میں کامیابیوں کے حصول کے فارمولہ کا بیان ہوا ہے۔ دنیا کی ایسی کامیابی جس کے ساتھ اللہ کی رضا، اللہ کی مدد اور اللہ کا فضل شامل ہے۔ یہ فارمولہ نہایت واضح اجزاء پر مشتمل ہے۔

[1] یہ ان لوگوں کے لئے ہے جو اللہ پر ایمان لائے.....

[2] یہ ان ایمان لانے والوں کے لئے ہے جنہوں نے اس دنیا میں اچھے کام کئے۔ (اچھے کام کیا ہیں؟..... اس کا مختصر جائزہ ہم آئندہ سطور میں لیں گے)

[3] ان ایمان لانے والوں اور اچھے کام کرنے والوں نے محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو "جو باری تعالیٰ کی طرف سے حق کے ساتھ نازل ہوا ہے" مکمل

ضابطۂ حیات کی حیثیت سے تسلیم کرلیا ہے۔

جو لوگ اس راستہ کو اختیار کر لیتے ہیں قرآن کے مطابق اللہ ان کی برائیاں ان سے دور کر دیتا ہے اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

برائیاں دور کرنے اور حال کی درستگی کی مثال ایک بیمار جسم سے بھی دی جاسکتی ہے۔ یعنی کوئی جسم جو بیماریوں کا گھر بن چکا ہو اس کی تمام بیماریاں ختم ہو جائیں اور وہ صحتمند و تندرست ہو جائے....

اپنے ارد گرد نظر دوڑائیں ہمارا اپنا حال بھی کچھ ایسا ہی نظر آئے گا۔ ہمارے معاشرے میں کئی طرح کی خرابیاں اور کئی اقسام کی بیماریاں محسوس ہوں گی۔ کبھی کبھی تو ان خرابیوں یا ان بیماریوں کی شدت اتنی زیادہ محسوس ہوتی ہے کہ بہت سے لوگ یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ شاید یہ کبھی ٹھیک ہی نہ ہو سکیں..... یہ ایسا ہی ہے جیسے بیماری کی شدت کسی مریض کو شفاء سے، زندگی سے مایوس کر دیتی ہے۔ اپنے معاشرے کی خرابیوں کو دیکھ کر دکھ اور اضطراب میں مبتلا بعض ہم وطنوں پر بھی مایوسی طاری ہونے لگتی ہے۔ لوگوں کی مایوسی اس وقت اور بڑھ جاتی ہے جب وہ دیکھتے ہیں کہ امت کے افراد دین کے بنیادی احکامات نماز، روزہ، زکوۃ، حج کی ادائیگی کا اہتمام تو بہت کرتے ہیں۔ نمازیوں کی بڑی تعداد مسجدوں میں جاکر اور ایک بہت بڑی تعداد اپنے گھروں میں رہ کر نماز کی ادائیگی کا اہتمام کرتی ہے۔ ہمارے معاشرہ میں قرآنی تعلیم کے ادارے بھی روز بروز بڑھتے جارہے ہیں، والدین اپنے بچوں کو ناظرہ قرآن کے ساتھ ساتھ حفظ قرآن کے لئے ان اداروں میں بھیج رہے ہیں۔ ضرورتمندوں کی مدد کے لئے فلاحی اور خیراتی ادارے بھی ہمارے معاشرہ میں نہایت وسیع پیمانے پر کام کر رہے ہیں۔ پاکستانی عوام اللہ کی خوشنودی کے لئے ان اداروں کو فراخدلی سے عطیات بھی دیتے ہیں۔ ان سب باتوں کے باوجود معاشرہ میں پائے جانے والے بگاڑ میں اضافہ ہونے سے بہت سے ہم وطن مایوسی کی گہری دلدل میں پھنستے جارہے ہیں۔

ایک طرف نہایت اچھی اچھی باتیں!..... دوسری طرف رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، ظلم وزیادتی، انتشار، نسلی لسانی تقسیم، فرقہ بندی اور مذہبی انتہاپسندی کی شدت!.....

ہمارے معاشرہ میں Polarisation پر مبنی یہ صورتحال کیوں ہے؟..... اس کی سب سے بڑی وجہ ہمارے اختیار کردہ دوہرے معیارات ہیں۔ اچھائی اور برائی کے اپنے وضع کردہ پیمانے ہیں۔ آیئے قرآن کی سورۂ محمد کی مذکورہ بالا آیت کی روشنی میں اپنے حالات کو سمجھنے اور سدھارنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ترجمہ: جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور محمد ﷺ پہ نازل ہونے والے قرآن کو تسلیم کرلیا، ان کی برائیاں دور کر دی جاتی ہیں اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

آیئے یہ سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ نتیجہ کس میکنزم سے حاصل ہوتا ہے۔

اس کا پہلا حصہ ایمان ہے، یعنی اللہ قادر مطلق وحدہٗ لاشریک پر ایمان!..... اس ایمان میں روزِ قیامت پر پختہ یقین بھی شامل ہے۔

آیئے! ہم اپنے آپ کو ٹٹولیں۔ کیا ایمان ہمارے قلوب میں پوری طرح جاگزیں ہو چکا ہے؟ کیا روزِ قیامت اپنے اعمال کی جوابدہی کا یقین ہمارے اندر راسخ ہے؟..... کیا ہمارے سرکاری اہلکار کو، تاجر کو پورا یقین ہے کہ جو مال ہم رشوت اور دیگر حرام ذرائع سے کمائیں گے قیامت کے دن اس کا پورا پورا جواب دینا ہوگا۔ اگر واقعی قیامت کا یقین

ہمارے دل میں بسا ہوا ہوتا تو کیا ہم رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، فریب سے دولت کمانے کا تصور بھی کر سکتے تھے؟.... ہم امریکہ اور مغربی ممالک میں دیکھتے ہیں کہ لوگ سرکاری دستاویز اور تجارتی لین دین میں جھوٹ نہیں بولتے۔ ایسا کیوں ہے؟.... کیا وہ لوگ صرف سچ بولنا جانتے ہیں اور جھوٹ سے ناواقف ہیں؟۔۔۔ اصل بات یہ ہے کہ انہیں معلوم ہے کہ وہ جھوٹ بولیں گے تو وہاں کار فرما نظام انہیں کبھی نہ کبھی پکڑ لے گا اور پھر ان کی جاں بخشی مشکل ہوگی۔ لہٰذا جوابدہی کا یقین انہیں اپنے ملک میں جھوٹ بولنے سے باز رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو قیامت کے دن بلکہ اس دنیا میں بھی مکافات عمل کے تحت جوابدہی کا یقین ہے وہ راستہ پر چلتے ہوئے تمام قوانین وضوابط کی پابندی کرتے ہیں۔ جو شخص زبان سے قیامت کا اقرار کرتے ہیں مگر انہوں نے اپنے دلوں میں یقین کو نہیں بسایا ہوتا وہ جھوٹ بھی بولتے ہیں، رشوت بھی لیتے ہیں، ملاوٹ بھی کرتے ہیں اور جھوٹی گواہی بھی دیتے ہیں۔ ایسے کچھ لوگ کرسی عدل پر بیٹھ کر ناانصافی کرتے ہیں۔ ظلم و زیادتی کے کاموں میں شریک و معاون ہوتے ہیں۔ اس گروہ سے تعلق رکھنے والے رہنما اور دانشور قوم کو سیاسی، لسانی و مذہبی گروہوں اور فرقوں میں تقسیم کر کے نفرت کے الاؤ روشن کرتے ہیں۔

قرآن بتاتا ہے کہ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں کہ ایمان ان کے دلوں میں داخل نہیں ہوا ہوتا....

ترجمہ: اور یہ کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے۔ کہہ دو کہ تم ایمان نہیں لائے بلکہ یوں کہو کہ ہم اسلام لائے ہیں اور ایمان تو ہنوز تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا ہے۔ (سورۂ الحجرات)

قرآن کی اس آیت کی روشنی میں اپنے معاشرتی رویوں کا جائزہ لیں .... کیا ایسا محسوس نہیں ہوتا کہ آج ہمارا معاشرہ ایسی ہی کیفیت میں ہے کہ ایمان ہمارے دلوں میں داخل نہیں ہوا؟....

کامیابی کی پہلی شرط ایمان ہے۔ لہٰذا سب سے پہلے یہ شرط پوری کرنے کی طرف توجہ کی جانی چاہئے۔ کامیابی کی دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔

ترجمہ: اور مومن مرد اور مومن عورتیں ایک دوسرے کے دوست ہیں کہ اچھے کاموں کے لئے کہتے ہیں اور برے کاموں سے منع کرتے ہیں۔ (سورۂ توبہ)

ترجمہ: اور تم میں ایک جماعت ایسی ہونی چاہئے جو خیر کی طرف بلائے اور اچھے کاموں کے لئے کہے اور برے کاموں سے منع کرے۔ (سورۂ آل عمران)

اپنے معاشرتی حالات سدھارنے کے لئے ہمیں دیکھنا ہوگا کہ کن برے کاموں سے بچنا، کن اچھائیوں کو اپنانا اور پھیلانا ہوگا۔ بہت سے لوگ بتاتے ہیں کہ نماز پڑھنا، روزہ رکھنا، نیکی کے کام ہیں۔ یقیناً یہ نیکی کے کام ہیں۔ نماز، روزہ، ارکانِ اسلام میں شامل ہیں۔ یہ عبادات کا سب سے اہم حصہ ہیں تاہم نیکی کا دائرہ عبادات سے آگے بڑھ کر انفرادی و معاشرتی معاملات تک پھیلا ہوا ہے۔ اس دائرہ میں سیاست و حکومت، نظام عدل، معیشت و کاروبار، عمرانیات وغیرہ.... معاشرہ کے سب ہی شعبے شامل ہیں۔ اپنے حالات کے سدھار کے لئے زندگی کے ہر شعبہ میں ہمیں اچھائی اور برائی کی حقیقی تعریف متعین کرنا ہوگی۔

کیا آپ نے اس بات پر کبھی غور کیا ہے کہ ہمارے معاشرہ کے کئی لوگ مذہبی فریضہ سمجھ کر اپنے ذمہ واجب الادا پوری زکوٰۃ ادا کرتے ہیں۔ لیکن انکم ٹیکس کی ادائیگی یا تو کرتے ہی نہیں یا پھر اصل آمدنی کو کم ظاہر کرتے ہوئے کم سے کم انکم ٹیکس ادا کرنا چاہتے ہیں۔ زکوٰۃ کی عدم ادائیگی گناہ ہے۔ انکم ٹیکس کی عدم ادائیگی یا کم ادائیگی ملکی

قانون کے تحت جرم ہے۔ چوراہے پر سرخ اشارے پر گاڑی نکال کرلے جانا... کاروں، بسوں، ٹرکوں کے ناقص سائلنسر کے باعث کثیف دھوئیں کا اخراج.... گھر، دفتر، فیکٹری کے باہر گزرنے والے تاروں میں کنڈا ڈال کر ناجائز طور پر بجلی کا حصول، ذاتی مفاد کے ناحق حصول کے لئے عدالتوں میں جھوٹی گواہی، طاقتور طبقات کی طرف سے مجرموں کی سرپرستی، کمزوروں کو انصاف کی عدم فراہمی یہ سب ملکی قوانین کے تحت جرم کے زمرہ میں آتے ہیں۔ روزہ کے دوران جان بوجھ کر کچھ کھالینا حتیٰ کہ افطار سے چند سیکنڈ پہلے ہی کچھ کھالینا ملکی قانون کے تحت جرم کے زمرہ میں تو نہیں آتا لیکن یہ اعمال گناہ میں شمار ہوتے ہیں۔ کوئی شخص خواہ پابندی سے نماز ادا نہ کرتا ہو لیکن وہ جب بھی نماز ادا کرے گا پاک صاف اور باوضو ہو کر نماز ادا کرے گا۔ بے وضو نماز ہوتی ہی نہیں ہے۔ بے وضو نماز ادا کرنا گناہ کے زمرہ میں آتا ہے۔

اہم نکتہ یہ ہے کہ جن کاموں کو ہم گناہ سمجھتے ہیں ان کے ارتکاب سے حتی الامکان بچنا چاہتے ہیں لیکن جن کاموں کے بارے میں ہمیں علم ہے کہ یہ جرم ہیں ان کے ارتکاب پر کئی مذہبی لوگوں کو بھی بعض اوقات کوئی افسوس یا پشیمانی نہیں ہوتی بلکہ بہت سے لوگ تو قانون کی خلاف ورزی کے ذریعہ اپنے بہادر ہونے کا اظہار کرتے ہیں۔ کتنے ہی باریش چہروں والے پابند صوم وصلوٰۃ اصحاب ایسے ہیں جن کی ماہانہ لاکھوں کی آمدنی ہے لیکن وہ ٹیکس ادا نہیں کرتے۔ ایسے کتنے ہی لوگ ٹیکس کی ادائیگی سے بچنے کے لئے ہر سال جھوٹے بیانات پر دستخط کرتے ہیں۔

کسی بھی معاشرہ کے استحکام یا کمزوری میں دو عوامل نہایت اہم کردار ادا کرتے ہیں ایک تو یہ کہ اس معاشرہ میں عدل وانصاف کی فراہمی کی صورتحال کیسی ہے دوسرے یہ کہ ملک کے افراد کی آمدنی کس قدر جائز اور قانونی ہے۔ جن معاشروں میں ناانصافی، رشوت، ٹیکس چوری اور لوٹ مار کا چلن عام ہو جاتا ہے وہ معاشرے کبھی استحکام اور ترقی حاصل نہیں کر سکتے۔

ہماری حالت اس وقت سدھرے گی جب ہم ملکی قوانین کے خلاف ورزی کو بھی گناہ کے ارتکاب کی طرح برا سمجھنے لگیں گے۔ جب ہم زکوٰۃ کی طرح اپنے ذمہ واجب الادا ٹیکس بھی پوری دیانتداری سے ادا کرنا شروع کر دیں گے۔ جب ہمارے ملک کی سڑکوں پر ٹریفک قوانین کی خلاف ورزی کو بھی گناہ کی طرح برا سمجھا جائے گا۔ جب ہمارے ملک میں عدل وانصاف کا بول بالا ہوگا۔ جب لوگ رزق حلال کو نیکی سمجھیں گے اور رزق حرام کو گناہ کبیرہ سمجھ کر اس سے اجتناب کرنے لگیں گے۔ آج ان سب کاموں کی تلقین وترغیب کے ساتھ ساتھ ملک میں انصاف کی فراہمی اور لوگوں کے معاشی استحکام کے نئے اقدامات امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کے دائرہ میں آتے ہیں۔ ایک اسلامی مملکت میں یہ سب کام بھی دین کی تبلیغ سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ وہ اچھے کام ہیں جن کی انجام دہی سے ہمارے معاشرے کی خرابیاں دور ہو سکتی ہیں اور ہمارے حالات سدھر سکتے ہیں۔ ان اعمال صالحہ کی انجام دہی سے ہم اللہ کے انعام واکرام کے حق دار بن سکتے ہیں۔ اللہ کا وعدہ ہے

ترجمہ: جو بھی اچھے کام کرے وہ مرد ہو یا عورت بشرطیکہ وہ مومن ہو تو ہم انہیں اس دنیا میں ایک پاکیزہ زندگی بسر کرائیں گے اور انہیں ان کے اچھے کاموں کا بہترین اجر عطا کریں گے۔ (سورۃ النحل)

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

قسط نمبر 1

شاہینہ جمیل

ایانہ کراچی کے ایک بہت معروف صنعتکار کی اکلوتی بیٹی ہے۔ وہ ان خوش نصیبوں میں سے ہے جو منہ میں سونے کا چمچہ لے کر پیدا ہوتے ہیں اور پھر جب مقدر ساتھ ہو تو کیا کہنے۔ صورت سیرت اور ذہانت ایانہ میں مدغم تھیں۔

بیس سال کی عمر تک وہ جانتی بھی نہ تھی کہ ناکامی کسے کہتے ہیں۔ محرومی کیا ہوتی ہے اور پھر جب شریک سفر چننے کی باری آئی تو یہاں بھی خوش نصیبی نے رنگ دکھایا۔ اس کے خوابوں میں بسنے والا شہزادہ سالار کے روپ میں اس کا ہم سفر بن گیا۔

مگر پھر وقت کو آزمائش لینے کی سوجھی۔

کچھ مہینوں بعد جب وہ انگلینڈ سے پاکستان واپس آئی۔ رات کے دو بج رہے تھے کہ ائیر پورٹ سے واپسی پر ایک گاڑی ایک موڑ کاٹتے ہوئے چند نامعلوم افراد نے ان کی گاڑی کو روک لیا۔ سالار کی مزاحمت پر ایک سنگدل نے گولی اس کے جسم میں اتار دی۔ ایانہ تو یہ منظر دیکھ کر ہی بے ہوش ہو چکی تھی اور جب ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ گولی سے سالار کی ریڑھ کی ہڈی پر دباؤ آیا ہے اور اس کا نچلا دھڑ مفلوج ہو گیا ہے۔ اس صدمے نے اسے توڑ کر رکھ دیا۔ سالار کی معذوری نے اسے اندر ہی اندر گھلانا شروع کر دیا۔

ماں باپ نے اپنی سی کوشش کر کے دیکھ لی مگر وہ اسے صدمہ سے باہر نہ نکال پائے۔ والدین کے لئے ایک فکر یہ بھی تھی کہ ایانہ اب نڈر اور بہادر لڑکی نہ رہی تھی۔ کہیں کسی بارات میں ہونے والی آتش بازی کے شور سے بھی وہ دبک جاتی۔ باہر نکلتے ہوئے اسے خوف محسوس ہوتا نتیجے میں وہ گھر میں قید ہو کر رہ گئی تھی۔ آہستہ آہستہ اب وہ خود کو سب سے بد قسمت انسان تصور کرنے لگی تھی۔ اس کی بھوک کم ہوتی جا رہی تھی۔ لوگوں سے ملنا جلنا ترک کرتی جا رہی تھی اور انجان لوگوں سے ملاقات کا تو سن کر ہی کمرے میں بند ہو جاتی۔

ڈاکٹرز کے مطابق اسے کوئی جسمانی عارضہ نہ تھا۔ مگر ذہن خود ساختہ بیماریوں کی آماجگاہ ضرور بنتا جا رہا تھا۔ اسے ہر وقت لگتا جیسے کوئی بندوق لئے اس کا پیچھا کر رہا ہے۔ وہ ایک خاص قسم کے فوبیا میں مبتلا ہو چکی تھی۔

آج کے اس افرا تفری

کے دور میں ایانہ کو درپیش حالات جیسی کئی مثالیں مل جاتی ہیں۔ یہ تو خیر ایک بہت بڑا حادثہ تھا جو ایانہ کی زندگی میں رونما ہوا مگر ہمیں اپنے آس پاس ایسے کئی لوگ ملیں گے جو نارمل اور سکھ دکھ سے ملی جلی زندگی گزارنے کے باوجود ڈر خوف اور اندیشوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ کئی لوگ اپنی قسمت سے شاکی ہیں، کئی لوگ مایوسی اور ناامیدی میں گھرے نظر آتے ہیں اور کسی نہ کسی معجزے یا کرشمے کے منتظر ہیں۔

کئی افراد اپنے اور اپنے خاندان کے بہتر مستقبل کے لئے وقت سے پہلے منصوبہ بندی تو کرتے ہیں یہ اچھی بات ہے مگر ساتھ ساتھ فکرمند اور اندیشوں میں بھی مبتلا رہتے ہیں۔ جیسا کہ ملک صاحب جنہیں اللہ نے چار معصوم بیٹیوں سے نوازا ہے اور جن کی عمریں ابھی پانچ سے دس سال ہیں مگر وہ فکرمند رہتے ہیں۔ ان کا اکثر سوال ہوتا ہے کہ اگلے دس پندرہ سالوں میں کیا ہوگا۔ یہ ایک مرض ہے جو جنرل انزائٹی ڈس آرڈر General anxiety Disorder کہلاتا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں ایسے مریضوں کی تعداد میں دن بدن اضافہ ہوتا جارہا ہے۔

آیئے تھوڑی سی روشنی ان حالات پر بھی ڈالتے ہیں جو ان تکالیف کا موجب بن رہتی ہیں۔

کسی مفکر کا کہنا ہے کہ معمولاتِ زندگی میں پیش آنے والے مسائل زندگی کو بامقصد، دلچسپ اور سرگرم عمل رکھتے ہیں۔ مگر جب انسان خود کو کمزور جان کر ان مسائل کا سامنا نہیں کر پاتا تو اس کا ذہن اس شکست کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ اس مزاحمت کے نتیجے میں ہونے والے شکست و ریخت کے عمل میں ذہن بیمار ہونے لگتا ہے۔

یہ مزاحمت مختلف ذہنی الجھنوں اسٹریس، ڈپریشن اور دیگر نفسیاتی عارضوں کی صورت میں ظاہر ہوتی ہے۔ اگر بروقت اسے کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ دماغی یا نفسیاتی بیماریاں جسمانی امراض کی صورت میں بھی ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ جیسا کہ سر میں بے وقت درد کا رہنا، گیس اور بدہضمی کے امراض، قبض کی شکایت کا رہنا، حتیٰ کہ جوڑوں میں درد، کی بھی عموی بنیاد کسی نہ کسی طرح کی ذہنی الجھنیں، ڈپریشن، اسٹریس بنتے ہیں جو انتہائی درجے میں بلڈ پریشر، ذیابیطس اور دمہ کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

شواہد بتاتے ہیں کہ مایوسی، ناامیدی اور ڈپریشن دل کی بیماریوں حتیٰ کہ کینسر جیسے موذی مرض سے بھی زیادہ خطرناک ثابت ہوتی ہیں۔ ایک سروے کے مطابق یہ بیماری کسی بھی عمر میں کسی کو بھی ہوسکتی ہے۔ اس وقت دنیا میں ہر چار میں سے ایک فرد کسی نہ کسی ذہنی یا نفسیاتی عارضہ میں مبتلا ہے۔ جس کی وجہ ایک جانب تو دنیا بھر میں روز بروز بڑھتی ہوئی مہنگائی، غیر یقینی صورتحال، بنیادی سہولیات کا فقدان، لوٹ مار، قتل وغارت گری اور عدم تحفظ جیسے مسائل ہیں۔ دوسری جانب اخلاقی پستی، باہمی تعلقات میں ناچاقیاں، رشتے داروں سے دوری، حسد لالچ بغض بھی نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں کا باعث بن رہی ہیں۔

ہر شخص ان مسائل سے چھٹکارا حاصل کر کے ایک خوش خرم، مطمئن اور صحت مند زندگی چاہتا ہے۔

ہر شخص چاہتا ہے کہ اس میں جینے کی امنگ، پرامیدی اور خوشی ہو۔ وہ بھی بلڈ پریشر، السر، تیزابیت، شوگر، سر درد یا دیگر عوارض سے محفوظ رہ

سکے۔ مگر کیسے....؟ کیا یہ ممکن ہے بھی یا نہیں....؟

خواہش تو سب کی ہے مگر ایسی زندگی حاصل کرنے کی کوشش بہت کم لوگ کرتے ہیں۔ اکثریت کے خیال میں ایسی آئیڈیل زندگی کے لئے دولت اور طاقت کا ہونا بہت ضروری ہے اور ہاتی نے یہ ذمہ داری قسمت پر ڈال دی ہے۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ قسمت کا ہماری زندگی میں بڑا عمل دخل ہے۔ ذرا دعا کی اہمیت پر غور کیجیے کہ رب کو پسند ہے اس سے مانگا جائے اور وہ کسی کی دعا رد نہیں کرتا....! زندگی میں ناممکن کچھ بھی نہیں۔ اگر قسمت کا ذکر زندگی میں شامل ہے تو دعا اور کوشش کا بھی اس سے کہیں زیادہ بڑا اور مضبوط کردار ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے اللہ تعالیٰ کی سب سے خوبصورت تخلیق انسان اپنی ذات میں مخفی رازوں، صلاحیتوں اور اختیارات کو سمجھنے اور ان سے واقف ہونے کی کوشش کرے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ کئی صدیوں سے مغربی دنیا تحقیق کے میدان مارتی آرہی ہے۔ انسانی زندگی کو بہتر سے بہتر بنانے کے کئی فنون جن کی بنیاد تو مشرق میں پڑی مگر عملی طور پر کامیابی مغرب میں حاصل ہوئی۔ انہیں میں سے ایک فن سے آج ہم آپ کو متعارف کروانے جارہے ہیں۔ اس کی بنیاد انسانی زندگی اور اس کا ماخذ انسانی دماغ ہے۔

تو آیئے جانتے ہیں اور سیکھتے ہیں اپنے حال میں جینے کا فن جسے مغرب نے مائنڈفلنیس کا نام دیا ہے۔

[illegible]

اگر ہم ابتداء میں انسانی جسم میں دماغ کے کردار اور نیند کی مختلف کیفیات کو سمجھ لیں تو آپ کے لئے مائنڈفلنیس کی مشقوں اور اس سے حاصل ہونے والی افادیت کو سمجھنا آسان ہوجائے گا۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین نے کئی بار پڑھا اور سمجھا ہے کہ انسانی جسم میں دماغ کو جسم کے حکمران کی حیثیت حاصل ہے اور دماغی صحت کے بغیر مکمل صحت مند جسم کا تصور ہی ممکن نہیں۔ ایسا کیوں ہے....؟ آیئے تھوڑا تفصیل سے مگر آسان زبان

میں سمجھتے ہیں۔

ریسرچ کہتی ہے کہ انسانی دماغ میں کام کرنے والے مخصوص خلیوں کی تعداد تقریباً اتنی ہی ہے جتنے کائنات میں ستارے اور سیارے ہیں یا شاید ان سے بھی زیادہ۔ یعنی ہمارا دماغ ایک کھرب سے زیادہ خلیوں کا مسکن ہے۔ یہ مخصوص خلیے نیورونز کہلاتے ہیں جو دماغ اور جسم کے تعلق کو جوڑتے ہیں اور پیغام رسانی کا کام انجام دیتے ہیں یعنی سارا دن ہونے والی ہر ایکٹوٹی اور عمل دماغ کی زیر نگرانی اور اس کے حکم پر انجام پاتا ہے۔

تحقیقات کے اوائل دور میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ سارا دن مسلسل کام کرتے رہنے کی وجہ سے نیند کا مقصد دماغ کو آرام دینا ہے اور رات میں ہمارا دماغ سو جاتا ہے۔ مگر جیسے جیسے تحقیقات سامنے آتی رہیں یہ بات واضح ہوتی چلی گئی کہ ہمارا دماغ نہ تو تھکتا ہے اور نہ ہی اسے آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ تو سوال یہ ہے کہ ہمیں نیند کیوں آتی ہیں اور ہم سوتے کیوں ہیں ؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ہمارا دماغ کبھی نہیں سوتا بلکہ تحقیق سے یہ بات اب واضح ہو چکی ہے کہ نیند کے دوران ہمارا دماغ زیادہ چاق وچوبند اور فعال ہو جاتا ہے۔

دراصل نیند ایک ایسی کیفیت ہے جس میں آپ کے جسم کو تو آرام دیا جاتا ہے لیکن دماغ کو وقت، تاکہ وہ دن بھر کی سرگرمیوں کے دوران پیدا ہونے والے فاسد مواد کی صفائی کر سکے اور آپ اگلے دن پھر سے تازہ دم اور چاق وچوبند ہو جائیں کسی بھی وجہ سے اس فاسد سیال مادہ کی کچھ مقدار بھی باقی رہ جائے تو وہ دماغی خلل کا باعث بھی بن سکتی ہے۔ یعنی بھرپور اور گہری نیند دراصل انسانی جسم کی ایک ایسی کیفیت یا حالت ہے جس میں انسان کی جسمانی اور جذباتی ہر طرح کی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی ہے۔ اور انسان کو نا صرف جسمانی طور پر بلکہ ذہنی اور جذباتی طور پر بھی چاق وچوبند اور توانا رکھنے کی ذمہ دار بنتی ہے۔

یہاں دماغ اور نیند کی فعالیت بتانے کا مقصد یہ تھا تاکہ آپ نیند سے حاصل ہونے والے عملی فوائد کو اچھی طرح سمجھ سکیں۔ کئی مغربی ریسرچ سینٹرز میں الیکٹرو انسفیلو گرافی اور دیگر آلات کے ذریعے نیند کی مختلف درجات اور ان درجات میں پیدا ہونے والی دماغی لہروں اور ان کی فریکوئنسی کا مشاہدہ کیا جا چکا ہے۔ نیند کے تیسرے اور چوتھے درجے پر پہنچنے والی انقا اور آخر میں ڈیلٹا ویوز کی فریکوئنسی (3 ہرٹز سے 6 ہرٹز اور 0.5 سے 3 ہرٹز) یعنی سست ترین ہوتی ہے۔ اس درجے پر دی جانے والی ہدایات کے ذریعے کئی بیماریوں کے کامیاب علاج کئے گئے اور کئی افراد

مائنڈ فلنیس

برٹش جرنل آف سائکاٹری The British Journal of Psychiatry میں شائع ہونے والی جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے اور پر سکون رہنے کے لیے استعمال کی جانے والی ادویات سے زیادہ مراقبہ کا عمل بہتر ہے۔ بدھ مت کی تعلیمات کے تحت کئے جانے والے مراقبے کے مثبت اثرات سامنے آئے ہیں۔ دوا کھانے والے گروپ کی نسبت مراقبہ کرنے والوں کو 47 فیصد زیادہ افاقہ حاصل ہوا۔ "مائنڈ فلنیس بیسڈ کاگنیٹیو تھراپی" Mindfulness-based cognitive

نے اپنی دائمی بیماریوں، ذہنی دباؤ، ڈپریشن اور بری عادتوں سے چھٹکارا حاصل کیا۔ اس کے علاوہ جن صحت مند لوگوں پر نیند کے اس درجے میں جا کر مشقوں کو کروایا گیا وہ پہلے سے زیادہ چاق و چوبند اور مطمئن نظر آئے اور عملی زندگی میں نمایاں کارکردگی کا مظاہرہ کرنے لگے۔

اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ اگر نیند کی اس حالت کو جاگتے میں خود پر طاری کرلیا جائے تو جو مرمت کا عمل دماغ نیند کی کیفیت میں کرتا ہے وہ جاگتے میں نیند کی کیفیت طاری کرنے کے دوران بھی کرے گا۔ اور ایسا سو فیصد ممکن ہے جیسا کہ مندرجہ بالا تحقیق سے ثابت ہے۔ دراصل جاگتے میں اس کیفیت کا طاری ہو جانا مراقبے کی ہی ایک شکل ہے جسے مختلف طریقوں سے پریکٹس کیا اور کروایا جاتا ہے۔ ان مشقوں کے انتہائی کامیاب اور حیرت انگیز نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ (مختلف مراقبوں کی تفصیل ہم آگے بیان کریں گے)۔

یہ چیز اب مختلف ناموں اور نت نئی مشقوں اور ٹیکنیکس کے ساتھ متعارف ہو رہی ہیں۔ جن کا بنیادی ماخذ ایک ہی ہے۔ یعنی خیالات کی رو کو بہتر طور پر سمجھنا اور اپنی دماغی صلاحیتوں کو مثبت طرز فکر کے مطابق ڈھالنا اور استعمال کرنا۔ ان میں سے ایک کو مائنڈ فلنیس کا نام دیا گیا۔

اس وقت پوری دنیا میں مائنڈ فلنیس تھراپی اور مشقوں کو کئی ذہنی، نفسیاتی بیماریوں کے علاج میں محفوظ اور موثر ترین تسلیم کیا گیا ہے۔

اب ہم بات کرتے ہیں کہ مائنڈ فلنیس اور اس کی مشقیں ہیں کیا؟

مائنڈ فلنیس کیا ہے؟

مائنڈ فلنیس دراصل مشکلات میں جینے کا فن ہے ہم تو کہتے ہیں کہ یہ اپنے حال میں جینے کا فن ہے

ایک مفکر کا قول ہے کہ "آپ اپنے آنے والے کل کے لئے پریشان نہ ہوں وہ اپنا بندوبست خود کرلے گا۔ آپ محض اپنے آج کی فکر کیجئے اور اسی پر توجہ مبذول رکھیئے۔"

مائنڈ فلنیس ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کے آثار قدیم بدھ مت میں ملتے ہیں۔ یہ صدیوں سے چینی اور بدھ مت تہذیب کا حصہ ہے۔ مائنڈ فلنیس ایک طرز فکر اور عملی مشق ہے جو ہمیں حال میں جینے کا سلیقہ سکھاتا ہے۔ ہمیں بتاتا ہے کہ جو ہے وہ آج ہے۔ یہ لمحہ ہے۔ آنے والے کا پتہ نہیں اور جو بیت گیا وہ ہاتھ میں نہیں۔ اس کا کسی مذہبی، ثقافتی یا سائنسی عقیدے سے نہ تو کوئی تنازعہ ہے اور نہ ہی

(MBCT) therapy کے تحت اس مراقبے کے تحت دیکھا گیا کہ ماضی کے تلخ تجربات اور یادوں کو کم کیا جاسکتا ہے اور مستقبل کی بہتر منصوبہ بندی بھی، جبکہ دوسری جانب ادویات کے مضر اثرات سے مزید پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس تحقیق کو پروفیسر ولیم کیوکین Willem Kuyken نے مرتب کیا ہے جو انگلینڈ میں ایگزیٹر یونیورسٹی University of Exeter کے موڈ ڈس آرڈر سنٹر Mood Disorders Centre میں مکمل کی گئی۔ تحقیق کے مطابق اس متبادل طریقہ علاج سے جہاں صحت کو کم خطرات لاحق ہوتے ہیں وہاں دواؤں پر اٹھنے والے اخراجات بھی ختم ہو سکتے ہیں۔

کوئی ٹکراؤ۔ بلکہ یہ زندگی میں پیش آنے والے موجودہ حالات، موجودہ مقصد اور موجودہ لمحہ کو مثبت اور غیر جانبدارانہ سوچ کے ساتھ قبول کرنے کی ایک عملی مشق ہے۔ اس کی مشقوں کا ہمارے افکار و نظریات سے گہرا تعلق ہے ان میں سے بعض کو بدلنے اور ایک نئے انداز میں مثبت رویہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔

اس کا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ آپ ان عملی مشقوں کے ذریعے محض اپنے حالات کو قبول کرنا سیکھیں گے۔ نہیں بالکل بھی ایسا نہیں۔ کیونکہ اگر آپ محض انہیں قبول کرلیں تو پھر تصحیح اور امپروومنٹ کا کام رک جائے گا۔

دراصل جب آپ یہ عملی مشقیں کرتے ہیں تو آپ کی طرز فکر اس سطح پر آجاتی ہے جہاں آپ اپنی توانائیوں کا صحیح طور پر اور مثبت اور تعمیراتی رخ پر استعمال کرنے کے قابل ہوجاتے ہیں۔ آپ موجودہ حالات کو من وعن قبول کرکے ہاتھ پر ہاتھ دھر کر نہیں بیٹھ جاتے۔ بلکہ اس سچویشن کو بہتر طور پر سمجھنے لگتے ہیں اور بالآخر انہیں حالات میں سے بہتری اور مثبت حل نکلنے شروع ہوجاتے ہیں۔

یہی مائنڈ فلنیس کا بنیادی مقصد اور آبجیکٹو ہے۔ جو آپ کو اپنے حال میں جینے کا فن سکھاتا ہے۔

مثلاً اگر آپ اس وقت اپنی من پسند کوئی چیز کھارہے ہیں جیسے کہ اسٹرابری یا چاکلیٹ تو پھر کھاتے وقت اس کو محسوس بھی کیجیے کہ آپ اسٹرابری کھارہے ہیں.... اس کا مزہ، اس کا ٹیکسچر، اس کی کھٹاس یا چاکلیٹ کا کرنچ، اس کی مٹھاس۔ ارے آپ میری بات پڑھ کر مسکرانے لگے۔

دوستو! اگر آپ کو یہ بچگانہ بات لگ رہی ہے تو یقین کیجیے یہ بظاہر چھوٹی سی مشق کئی لوگ اپنی زندگی کا حصہ بنا چکے ہیں اور اس چھوٹی سے مشق کے بہت مثبت اور بہترین نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ بہرحال اس کی مشقوں پر تفصیل سے بات ہم بعد میں کریں گے۔ پہلے اس سے حاصل ہونے والے فوائد کا کچھ ذکر کرلیتے ہیں۔

مائنڈ فلنیس کے فوائد

اس وقت دنیا میں ہزاروں کی تعداد میں سرٹیفائیڈ انسٹرکٹرز لوگوں کو مائنڈ فلنیس کی مشقیں کروارہے ہیں۔ اس تعداد میں دن بدن اضافہ بھی ہوتا چلا جارہا ہے۔ اس کے علاوہ متاثر کن شفائی اثرات ملنے کی وجہ سے مغربی دنیا کے بیشتر ہسپتالوں میں معالجین اپنے مریضوں کو مائنڈ فلنیس کی مختلف مشقیں کروانے لگے ہیں۔ مائنڈ فلنیس سے حاصل ہونے والے فوائد میں ڈپریشن، اعصابی دباؤ سے نجات حاصل ہوتی ہے۔ نیند اچھی ہوجاتی ہے۔ غصہ میں نمایاں کمی واقع ہوجاتی ہے اور مثبت انداز فکر بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بلڈ پریشر کنٹرول میں رہتا ہے۔ کئی سنگین امراض سے نجات مل جاتی ہے۔

نفرت دکھ پریشانی جلنا کڑھنا حسد

منفی سوچ رکھنے والے افراد میں مائینڈ فلنیس کی مشقوں کے اچھے نتائج ملے ہیں۔

دیگر دائمی یا موروثی بیماریوں میں ڈاکٹری علاج کے ساتھ مائینڈ فلنیس کی مشقوں سے شفایابی کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں ذیابیطس کو بھی کنٹرول ہوتے دیکھا گیا ہے۔

اگر آپ مائینڈ فلنیس کی مشقوں کے عادی ہیں تو ماحول کی پیدا کردہ یا کسی بھی طرح کی موسمی بیماریوں کو نہ صرف خود سے دور رکھ سکیں گے بلکہ موروثی بیماریوں کے ہونے کے امکانات بھی کم سے کم تر ہوتے چلے جاتے ہیں۔ سکون اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔

مائینڈ فلنیس کے مراقبوں سے ذہنی قوت میں اضافہ ہوتا ہے جس سے کاروبار، لین دین اور ملازمت میں بہتر کارکردگی اور ترقی کی راہیں کھل سکتی ہیں۔

ذہنی سکون بڑھ جانے سے گھریلو زندگی پر بھی مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جو باہمی محبت میں اضافے کا باعث بنتے ہیں اور گھریلو ماحول خوشگوار و پُر مسرت ہو جاتا ہے۔

ہر کام میں ناکامی کا بے جا خوف، اندیشے، ڈر اور منتشر خیالی جیسی خود ساختہ بیماریوں اور کیفیات سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔

جب طالب علموں نے ان مشقوں کو اپنایا تو ان کی تعلیمی صلاحیتوں میں اضافہ دیکھا گیا ہے۔ ایسے طالب علم نہ صرف پڑھائی میں بلکہ کھیل کود اور دیگر غیر نصابی سرگرمیوں میں بھی کامیاب اور نمایاں نظر آئے۔

اس سے بھی بڑھ کر یہ کہ ان مشقوں سے نہ صرف یہ کہ دنیاوی فوائد حاصل ہوتے ہیں بلکہ جیسے جیسے آپ کی ذہنی قوتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے آپ روحانی لذتوں سے بھی روشناس ہوتے ہیں اور بندہ خود کو اپنے رب کے بہت قریب محسوس کرتا ہے۔

مائینڈ فلنیس کن لوگوں کے لئے ہے؟

جیسا کہ ہم ابتدا میں تذکرہ کر چکے ہیں کہ دماغ کو اللہ تعالیٰ نے بے شمار صلاحیتوں اور مخفی توانائیوں سے نوازا ہے۔ اس میں کوئی دو رائے نہیں کہ ہر انسان کا دماغ بے شمار پوشیدہ صلاحیتوں کا مسکن ہے مائنڈ فلنیس کی مشقوں سے آپ اپنی ان پوشیدہ صلاحیتوں کو نہ صرف پہچان سکتے ہیں بلکہ ان سے خوب استفادہ بھی کر سکتے ہیں۔ مائنڈ فلنیس کی مشقوں سے دماغی قوتیں موثر انداز میں کام کرنا شروع کر دیتی ہیں۔ یہ مشقیں سب کے لئے ہیں۔ ہر عمر کے مرد و عورت بچے، جوان بوڑھے، صحتمند یا بیمار سب اپنی خواہش اور دلچسپی کے مطابق ان مشقوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ جیسے جیسے آپ کو ان مشقوں کی عادت ہوتی جائے گی یہ آپ کے مزاج کا حصہ بن جائیں گی جو یقیناً آپ کی سوچ پر اثر انداز ہو کر آپ کی ایک خوش و خرم اور صحت مند شخصیت کی تعمیر میں مدد دیں گی۔

ارے ارے دوستو! لفظ مشق سے قطعی طور پر گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ کوئی بہت زیادہ ہاتھ پیر ہلانے والی یا پہلوانی کی مشقیں قطعی طور پر نہیں۔ بلکہ یہ تو مختلف مراقبوں اور سانس کی مختلف طریقوں کی مشقیں ہیں۔ اس کے لیے کسی آلات یا مشینری کی نہیں بلکہ خود آپ کی ضرورت ہے۔ آپ باقاعدگی سے ان مشقوں کا مطالعہ کیجیے جو ہم آپ کو بتاتے جائیں گے اور آپ بتائی جانے والی ہدایات پر عمل کرتے جایئے۔ آپ کی روزانہ کی موجودگی وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آپ میں صحیح ہونے کی خواہش، جستجو اور ثابت قدمی بھی پیدا کرتی چلی جائے گی۔ انشاءاللہ

تو یہ ہے مائینڈ فلنیس کا مختصر تعارف.... انشاءاللہ آنے والے ابواب میں ہم مائینڈ فلنیس کی مشقیں ان کی افادیت اور بیماریوں سے علاج سے آپ کو آگاہ کریں گے۔ اس زندگی کو خوب سے خوب تر، صحت مند، کامیاب اور پرمسرت طور گزارنا سیکھیے، اس دنیا میں زندگی کو بہتر طور پر اور خوشیوں کے ساتھ گزاریے اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے رہیں۔

زندگی کی راہیں کبھی سیدھی نہیں ہوتیں ان میں اونچ نیچ نشیب فراز آتے جاتے رہتے ہیں اب ان رکاوٹوں یا ٹیڑھے میڑھے راستوں کی وجہ سے اگر آپ آنسو بہانا چاہتے ہیں اور مقدر کا لکھا سمجھ کر آنسوؤں بھری غم سی زندگی گزارنا چاہیں تو اس فیصلے سے آپ کو نہ تو کوئی روکے گا اور نہ ہی روک سکتا ہے۔ کیونکہ اپنی زندگی کا فیصلہ بہرحال آپ نے خود کرنا ہے۔ لیکن اگر آپ اپنی زندگی سے اصل لطف اور مسرت کشید کرنا چاہتے ہیں تو مائینڈ فلنیس سے بھرپور فائدہ اٹھایئے۔ کیونکہ ایک خوش و خرم اور بنستی کھیلتی زندگی جینا آپ کا حق ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ اس حق کو سوائے آپ کے کوئی بھی آپ سے نہ تو چھین سکتا ہے اور نہ ہی دے سکتا ہے۔ ہاں آپ کو راستہ ضرور دکھا سکتا ہے۔ جیسے کہ ہم آپ کو سکھانے جارہے ہیں۔

مائینڈ فلنیس حال (Present) میں جینے کا فن۔

(جاری ہے)

چین کے ڈیم نے بجلی پیدا کرنے کا عالمی ریکارڈ قائم کردیا

دنیا کے سب سے بڑے چینی "تھری گارجز" ڈیم نے سالانہ بجلی پیدا کرنے کا نیا عالمی ریکارڈ قائم کردیا۔ دریائے یانگسی پر دس سال پہلے قائم ہونے والے ڈیم کے بجلی گھر سے 2014ء میں مجموعی طور پر 98.8 ارب کلوواٹ آور بجلی پیدا ہوئی۔ اس سے پہلے یہ ریکارڈ 2013ء میں برازیلین پیراگوئیان ڈیم "اتیاپو" کے نام تھا۔ تھری گارجز ڈیم کارپوریشن کی جانب سے جاری بیان میں بتایا گیا کہ ڈیم سے پیدا ہونے والی توانائی چار کروڑ نوے لاکھ ٹن کوئلہ جلانے جتنی ہے۔ بیان کے مطابق اس طرح ڈیم کے ذریعے دس کروڑ ٹن کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج ہونے سے بچی۔

جسٹس رانا بھگوان داس انتقال کر گئے

پاکستان کی سپریم کورٹ کے سابق جسٹس رانا بھگوان داس 23 فروری 2015ء کو 73 سال کی عمر میں کراچی میں انتقال کر گئے۔

مرحوم طویل عرصے سے دل کے عارضے میں مبتلا تھے۔ رانا بھگوان داس پاکستان کے پہلے ہندو اور دوسرے غیر مسلم جج تھے جو سپریم کورٹ کے جسٹس بنے۔ رانا بھگوان داس صوبہ سندھ کے ضلع لاڑکانہ کے شہر نصیر آباد میں دسمبر 942 1کو پید ہوئے۔ انہوں نے اسلامک سٹڈیز میں پوسٹ گریجویٹ ڈگری حاصل کی۔ رانا بھگوان داس آئینی ماہر مانے جاتے تھے۔ رانا بھگوان داس پہلے سندھ ہائی کورٹ کے جج مقرر ہوئے بعد ازاں آپ سپریم کورٹ کے جج بنے۔ آپ نے پاکستان کے قائم مقام چیف جسٹس کے فرائض بھی انجام دیے۔ ریٹائرمنٹ کے بعد رانا بھگوان داس کو نومبر 2009ء میں فیڈرل پبلک سروس کمیشن کا چیئرمین مقرر کیا گیا۔ اس عہدے پر وہ 2012ء تک تعینات رہے۔

پاکستان سے محبت، اپنے پیشے سے اخلاص اور دیانتداری کے باعث انہیں ہر حلقے اور طبقے میں احترام کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔ ان کا انسانیت کی خدمت پر مکمل یقین تھا۔ ایک تقریب کے دوران انہوں نے کہا تھا کہ لوگ مجھے ہندو سمجھتے ہیں، میں ہندو ہوں نہ مسلمان میرا مذہب انسانیت ہے۔ وہ اپنے کردار کے حوالے سے بہت سے مسلمان ججوں سے بہتر تھے۔ ان کے دامن پر کرپشن کا کوئی داغ نہیں ہے۔ ان کو جاننے اور ملنے والے ان کی سادہ زندگی کی تعریف کرتے ہیں۔ ان کی وفات سے پیدا ہونے والا انخلا طویل عرصے تک پر نہیں ہو سکے گا۔ وہ ایماندار وکلاء ججوں اور نوجوانوں کیلئے ایک رول ماڈل تھے۔

رانا بھگوان داس ایک شاعر بھی تھے۔ رانا بھگوان داس نے پیغمبر اسلام حضرت محمد ﷺ کی شان میں نعتیں بھی لکھیں۔ ان کی ایک نعت مندرجہ ذیل ہے۔

نبی مکرم شہنشاہِ عالی
ہے اوصاف ذاتی و شان کمالی
جمالِ دو عالم تری ذات عالی
دو عالم کی رونق تری خوش جمالی
خدا کا جو نائب ہوا ہے یہ انساں
یہ سب کچھ ہے تیری بدولت خصالی
تو فیاضِ عالم ہے داتائے اعظم
مبارک ترے در کا ہر اک سوالی
نگاہِ کرم ہو نواسوں کا صدقہ
ترے در پہ آیا ہوں بن کے سوالی
تجھے واسطہ حضرت فاطمہ کا
میری لاج رکھ لے دو عالم کے والی

❖

اُٹھا میں مدرسہ و خانقاہ سے غمناک

کاشف رضا

عہد حاضر کے معروف فکشن نگار امین معلوف نے اپنے ناول "سمرقند" میں تین عظیم مسلم شخصیات اور ان کی بچپن کی، حقیقی یا فرضی، دوستی کا ذکر کیا ہے۔ عمر خیام ایک مشہور ہیئت دان اور ریاضی دان تھا، لیکن بعد کے زمانے میں وہ اپنی ان فارسی رباعیات کے سبب زیادہ مشہور ہوا جو وہ شاید تفریح طبع کے طور پر لکھتا تھا۔

نظام الملک طوسی مشہور بادشاہ الپ ارسلان کا وزیر بنا اور اس نے نظام الملکی پر "سیاست نامہ" جیسی اہم کتاب لکھی۔

حسن صباح نے قلعہ الموت میں ایک خطرناک گروہ حشیشین کی بنیاد ڈالی جو سیاسی اور مذہبی بنیادوں پر اپنے مخالفین کو قتل کرتے پھرتے تھے۔

تینوں ایک ہی عہد میں زندہ تھے۔ وہ ایک ہی جماعت یا درجے میں پڑھتے تھے یا نہیں، اس بارے میں کہانی تو موجود ہے لیکن یقین سے کچھ نہیں کہا جا سکتا۔ البتہ یہ طے ہے کہ تینوں نے نیشاپور کے ایک ہی مدرسے سے تعلیم حاصل کی۔ میں جس بات کی جانب توجہ دلانا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ یہ تینوں شخصیات اسلام کے تین مختلف فرقوں سے تعلق رکھتی تھیں۔ عمر خیام سنی تھا، نظام الملک طوسی شیعہ اور حسن بن صباح اسماعیلی۔ نیشاپور کے جس مدرسے میں یہ تینوں اکٹھے تعلیم حاصل کرتے تھے وہ امام موفق چلاتے تھے جن کا تعلق شافعی مسلک سے تھا۔

> ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمال، مختلف محکموں میں نچلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تجار سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موذن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔

کیا آج مختلف مسالک کے طالب علم ایک ہی مدرسے میں تعلیم حاصل کرنے کا سوچ بھی سکتے ہیں؟

اندلس اور مراکش سے آسام تک جس خطے میں اسلام کو فروغ حاصل ہوا اس نے ایک خاص تہذیب پیدا کی، جسے اسلامی تہذیب کہا جاتا ہے۔ دائیں بازو کے مفکر اس تہذیب پر ناز کرتے ہیں اور عام مسلمان جب نشاۃ الثانیہ کی بات کرتا ہے تو اس کا خواب یہی ہوتا ہے کہ اسلامی تہذیب کا وہ سنہرا دور پھر سے لوٹ آئے۔

فقہاء، علماء اور صوفیاء نے تو لوگوں کی بڑی تعداد کو مسلمان کیا تھا، مگر اس تہذیب کی خوب صورتی اس کے فن کاروں، شاعروں، معماروں، مفکروں، سائنس دانوں، قالین بافوں، ظروف سازوں اور ہنر مندوں کی مرہون منت تھی۔ ان سب نے مدرسوں

میں ہی تعلیم پائی تھی۔

مستثنیات تو شاید موجود ہوں، لیکن ہمارے آج کل کے مدارس نے کتنے فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنر مند پیدا کیے ہیں۔ کیا یہ درست نہیں کہ ایک مدرسے میں پڑھنے والا طالب علم یا تو پیش امام بنتا ہے یا عربی اور دینیات کے حاصل کردہ علم کی بنیاد پر کسی یونی ورسٹی سے ڈگری حاصل کرتا ہے یا کوئی چھوٹا موٹا کام کرتا ہے۔ وہ مدارس جو اپنے معاشرے کو علما، فقہا، اور صوفیاء کے ساتھ ساتھ فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنر مند بھی فراہم کرتے تھے آج ایسے تہی دست کیوں رہ گئے....؟

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمال، مختلف محکموں میں نچلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تجار سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موذن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔ ان مدارس کے کارپردازوں سے کہیں کوئی غلطی تو نہیں ہوگئی؟ کیا ماضی میں کسی موقع پر وہ اپنی سمت تبدیل کر سکتے تھے....؟

اسلام کے ابتدائی دور کے مدارس بالکل سادہ تھے۔ وہاں صرف قرآن و حدیث کی تعلیم دی جاتی تھی جب کہ زندگی گزارنے کے ڈھب عرب قبائل اپنے طور سے سیکھتے تھے۔ اموی اور اس کے بعد عباسی دور میں مسلمانوں کا دیگر اقوام سے رابطہ بڑھا تو ان کے علوم سے بھی رغبت پیدا ہوئی۔ یونانی زبان سے تراجم نے مسلمانوں کو فلسفے کی بھی چاٹ لگا دی۔ مذہبی عقائد اور فکر کو عقل و منطق کی کسوٹی پر پرکھنے کے لیے علم الکلام سامنے آیا۔ مسیحی علماء نے اسی سے ملتے جلتے علم کا نام تھیونوجی اور سکولیسٹی سزم رکھا تھا۔

اس دور کے مسلمان ایک فاتح قوم تھے۔ لیکن یونانی اور رومی دماغوں کی تخلیقات دیکھ کر وہ متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے تھے۔ اس غیر مذہبی فکر کا اثر مسلمانوں کی مذہبی فکر پر بھی پڑا اور وہ مدارس جہاں سادہ سی تعلیم دی جاتی تھی، اب وہاں منطق اور فلسفے نے بھی بار پالیا۔

مدارس کے نصاب میں وقتاً فوقتاً ہونے والی تبدیلیوں کا ایک جائزہ خود برصغیر کے مدارس کے نصاب میں ہونے والی تبدیلیوں سے بھی لگایا جا سکتا ہے۔ مولانا ابوالحسنات ندوی نے اپنی کتاب "ہندوستان کی قدیم اسلامی درس گاہیں" میں اسلامی مدارس کے نصاب کے پانچ ادوار گنوائے ہیں۔ نصاب میں درجہ بہ درجہ تبدیلیاں کرنے والوں میں اکبری دور کے ملا فتح اللہ شیرازی اور عالمگیری دور کے ملا نظام الدین کے نام خاص طور سے قابل ذکر ہیں۔ نصاب میں تبدیلیوں کی بدولت انیس سو بائیس تک آتے آتے "معقولی علوم" پر مبنی کتابوں کی تعداد اکیاون ہوگئی جب کہ شرعی علوم کی کتابوں کی تعداد اٹھارہ رہ گئی۔ مگر ہم جانتے ہیں کہ اس سے پچاس برس پہلے ہی سر سید احمد خان مسلمانوں کے لیے مغرب کے ماڈل پر اسکول، کالج اور یونی ورسٹیاں بنانے کی تحریک شروع کر چکے تھے اور مسلمانوں کے بہترین دماغ اب انھی اداروں سے نکل رہے تھے۔

سانحہ یہ ہے کہ وہ مسلمان جنھوں نے اپنے عروج کے زمانے میں پیروی مغربی کرتے ہوئے علم

یوں کا دھواں سگریٹ نوشی
سے بھی زیادہ خطرناک
Copied From Web
WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

اوریا مقبول جان

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بلند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آیندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعاؤں اور رب کے حضور التجاؤں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعاؤں کی ضرورت ہے۔ کوئی مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لوٹا زندگی کی بازی ہار تا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ وہ زادِ راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعاؤں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار چھنتی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔

موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہوئیں، انھیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے مٹ زاوہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تالمود کے 11/3 سے لیتے ہیں،

"اے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے نکلنا پڑا۔ تم سانپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

الکلام ایجاد کر لیا تھا۔ اپنے زوال کے زمانے میں پیروی مغربی کرتے ہوئے سائنس اور دیگر جدید علوم کی جانب راغب نہ ہو سکے اور نصاب میں تبدیلی کی کوششوں کے باوجود مغربی ماڈل کے اسکولوں سے بہت پیچھے رہ گئے۔ وہ مستقبل جو سر سید کو صاف نظر آ رہا تھا، برصغیر کے علماء کی نظروں سے پوشیدہ رہا۔ انھوں نے اپنی تمام تر توانائیاں سر سید تحریک کی مخالفت میں صرف کیں۔ یہ اور بات ہے کہ بعد میں وہ ان اسکولوں کے نصاب میں بھی نقب لگانے میں کام یاب ہو گئے۔ لیکن یہ موضوع پھر کبھی سہی۔

اب اگر ملک میں قرونِ وسطیٰ کا نظام رائج کر دیا جائے، سرکاری نوکریاں اور دیگر مناصب معاش کے لیے عربی دانی کو شرطِ اول قرار دے دیا جائے، تو ان مدارس کا بول بالا ہو سکتا ہے۔ علماء کے نقطۂ نظر سے دیکھیں تو ایسی صورت میں ہمارا دین بھی بچ جائے گا۔ اسلامی تصورات اس کے دل و دماغ میں راسخ ہوں گے اور ہم سب اپنے لیے ثواب کثیر کا بندوبست کر سکیں گے۔ لیکن ساتھ ہی ہمیں جدید علوم اور ٹیکنالوجی کے میدان میں دنیا کی دیگر اقوام سے مقابلہ ترک کرنا ہوگا۔ اپنے پڑوسی ملک بھارت کی ترقی بھی ٹھنڈے پیٹوں برداشت کرنا ہوگا اور اسے کہنا ہوگا کہ بھائی ہم تو اپنا دین محفوظ بنا رہے ہیں، دنیاوی ترقی تمھی کو مبارک ہو۔

امریکا اور یورپ اگر ہم پر ظلم کریں گے تو جمعے کے جمعے ان کے خلاف مظاہرہ کر لیا کریں گے اور ہمارے خود کش بم باروں کو اگر ہمارے ہی ہم وطنوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے ایک آدھ حملہ آور کبھی کبھار کسی یورپی یا امریکی شہری کو مار کر ثوابِ دارین حاصل کر سکے گا۔ لیکن اگر ہم اپنا زوال، اپنی تذلیل برداشت نہیں کر سکتے تو پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنا ہی ہوگا۔

کیا مدارس اپنے نصاب میں سائنس اور جدید علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد اپنے دورِ عروج میں انھوں نے معقولی علوم کو دیا تھا....؟

❖

گاڑیوں کا دھواں سگریٹ نوشی سے بھی زیادہ خطرناک

برطانوی ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ گاڑیوں کے دھوئیں سے پیدا ہونے والی آلودگی سگریٹ نوشی سے بھی زیادہ خطرناک ہے۔ ماہرین نے سفارش کی ہے کہ ٹریفک سے بھری شاہراہوں کے پاس نئے اسکول، کیئر سنٹرز اور اسپتال تعمیر نہ کیے جائیں جبکہ پہلے سے آلودہ ماحول میں موجود اداروں میں ایئر فلٹریشن سسٹم نافذ کیا جائے۔

اوریا مقبول جان

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بلند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعاؤں اور رب کے حضور التجاؤں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعاؤں کی ضرورت ہے۔ کوئی مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ وہ زاد۔ راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر، اور کسی کی برسی پر دعاؤں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار کھنچی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔

موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہوئیں، انھیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے منت زاوہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تالمود کے صفحہ 31۔ب سے لیتے ہیں،

"اسے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے نکلنا پڑا۔ تم سانپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آگئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

شریک کرلیا۔

یوں تمہاری وجہ سے اس زمین بلکہ ہماری زندگیوں میں بھی اندھیرا چھا گیا۔ اس لیے اب تمہیں موم بتیاں روشن کرکے دنیا میں روشنی کو واپس لانا ہوگا"۔

موم بتی کو روشن کرنے اور عورت کی غلطی کی تلافی وہ یوم سبت یعنی ہفتے کے دن کے تہوار کے طور پر کرتے ہیں۔ یہ موم بتیاں جمعہ کی شام یعنی ہفتے کی رات کو روشن کی جاتی ہیں۔

عورتیں دو موم بتیاں جلاتی ہیں۔

ایک توراۃ کے باب Exodus8:20 کے مطابق جب یہودیوں کو اپنے وطن سے دربدر کیا گیا تھا اور دوسری توراۃ کی پانچویں کتاب Deuteronmy کے فقروں 5:12 کے مطابق جن میں یوم سبت منانے کے لیے کہا گیا ہے۔

عورتیں موم بتیاں جلا کر اپنی آنکھوں کو ہاتھ سے ڈھانک لیتی ہیں۔ پھر شکر ادا کرتی ہیں کہ خدا نے ہمیں مقدس بنایا اور ہمیں سبت کی شمعیں جلانے کا حکم دیا۔ یہودیوں کا ایک اور تہوار "ہنوکا" HANUKAH ہے جو یہودی مہینے کزلیو KISLEV کی 25 تاریخ کو آٹھ دن کے لیے منایا جاتا ہے۔ یہ تہوار 165 قبل مسیح میں یہودیوں کی یونانی اور شامی فوجوں پر فتح کے جشن کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اسے "چنوہ" CHANUH یعنی روشنیوں کا تہوار بھی کہا جاتا ہے۔ ان آٹھ دنوں میں یہودی مسلسل موم بتیاں روشن کرتے ہیں۔

موم بتیاں جلانا ان کے لیے ان تہواروں تک ہی محدود نہیں، بلکہ مرنے والے کی موت کی سالگرہ کے دن بھی موم بتیاں جلائی جاتی ہیں۔

اس خاص موم بتی کا نام YAHRTZEIT رکھا گیا ہے۔

کسی سانحے، تشدد یا بربریت میں مرنے والوں کی یاد میں موم بتیاں جلانے کا رواج بھی یہودیوں نے شروع کیا۔

جنگ عظیم دوم کے بارے میں یہودی دعویٰ کرتے ہیں کہ ان کے ساٹھ لاکھ افراد قتل کیے گئے تھے۔ ان ساٹھ لاکھ یہودیوں کے قتل کی یاد میں برسانی "یوم نشوہا" YOM-E-NASHOAH منایا جاتا ہے اور ہر گھر، عبادت گاہ اور یہودی عمارت پر موم بتیاں روشن کی جاتی ہیں۔ موم بتی جلا کر مرنے والوں کی یاد منانے کی یہ رسم یہودیوں نے خود ایجاد کی اور اس کا ان کے دین سے کوئی تعلق نہ تھا اور نہ اس کے بارے میں کوئی احکامات موجود تھے۔

ان کی دیکھا دیکھی اس رسم کو عیسائیت نے بھی اپنایا حالانکہ اس کا کوئی حکم نہ انجیل میں موجود تھا اور نہ ہی قدیم روایات میں اس کا تذکرہ ہے۔

اس کا آغاز مشرقی آرتھوڈوکس چرچ نے اپنی عبادت سے کیا جس میں پورے کا پورا مجمع ہاتھ میں موم بتی پکڑے کھڑا ہوتا ہے۔ قربان گاہوں پر موم بتیاں روشن کی جانے لگیں، مشرقی کیتھولک اور جینل کیتھولک بلکہ رومن کیتھولک سب کے سب موم بتی کو مسیح کی روشنی سے تعبیر کرنے لگے۔ اس رواج کو مقدس بنانے کے لیے کہا گیا کہ چرچ میں جلائے جانے والی موم بتیوں میں کم از کم 51 فیصد موم شہد کی مکھیوں کے چھتے سے حاصل کیا جائے۔

ایسٹر کے موقع پر ایک خاص موم بتی روشن کی جاتی ہے جسے پاشل PASCHAL کہا جاتا ہے۔

اسے مسیح کے ایسٹر کے دن دوبارہ زندہ ہونے کی علامت کے طور پر جلایا جاتا ہے۔

ورلڈ ٹریڈ سینٹر کے حادثے کے بعد موم بتیاں جلانے کو ایک عالمی رسم بنانے کی کوشش کی گئی۔ یہ رسم عام آدمی نے قبول نہیں کی بلکہ ہمارے معاشرے کی ایک نئی ایجاد سول سوسائٹی نے کی۔

یہ سول سوسائٹی کیا ہے....؟

اس کا تاثر پوری دنیا کے غریب معاشروں میں ایسا ہے جیسے ساری قوم جاہل، ان پڑھ گنوار، ظالم، متشدد اور بیہودہ ہے اور یہ چند فیشن زدہ مغرب سے مرعوب اور اپنی زبان و تہذیب سے ناآشنا لوگ ہی مہذب اور انسان دوست ہیں۔

یہ سول سوسائٹی روسی کمیونسٹ حکومت کے خاتمے کے بعد کارپوریٹ سرمائے سے چلنے والی جمہوری حکومتوں نے دنیا کے غریب ملکوں میں ایک عالمی کلچر کے فروغ کے لیے بنائی تاکہ ان کا مال بک سکے۔

پہلے کسی ملک میں حکومت ہوتی تھی اور دوسرے عوام۔ دنیا کی تمام حکومتیں اور عالمی ایجنسیاں حکومتوں کو قرض دیتی تھیں تاکہ وہ عوام پر خرچ کریں۔ لیکن اسی کی دہائی میں ان حکومتوں کو تنگ بینک اور عالمی رشوت خوری کے ذریعے کرپٹ کیا گیا اور پھر ایک وسیع پروپیگنڈے سے بدنام کیا گیا تاکہ مغربی حکومتیں اور عالمی ایجنسیاں غریب ملکوں میں براہ راست لوگوں کو امداد دیں۔ اس کے لیے این جی اوز بنائی گئیں۔ ہر ملک کے سفارت خانے نے مدد دینے کی کھڑکی کھول لی، عالمی ادارے بھی انھی این جی اوز کو گرانٹ دینے لگے۔ یہ لاکھوں روپے تنخواہ، پرتعیش دفاتر اور بڑی بڑی ائرکنڈیشنڈ گاڑیوں میں گھومنے والے انھی این جی اوز کے ملازم تھے یا پھر ان کے کرتا دھرتا۔ ان تمام مفت خوروں نے مل کر ایک گروہ تشکیل دیا جس کا نام سول سوسائٹی ہے۔ یہ دنیا کے ہر غریب ملک میں پایا جاتا ہے۔ افریقہ میں اس کی بہتات ہے۔

یورپ میں عوام سڑکوں پر نکلتی ہے لیکن افریقہ اور ایشیا میں سول سوسائٹی۔

یہ ان کا حق ہے جس کو چاہیں روئیں یا جس پر چاہیں نہ روئیں لیکن دکھ یہ ہے کہ ان کی وجہ سے قوم پہلے اپنے شہیدوں کو، بے گناہ مر جانے والوں کو، یا پھر اپنی کسی محبوب شخصیت کی یاد منانے کے لیے اکٹھا ہوتی تو اپنے پروردگار سے دست بدعا ہوا کرتی تھی لیکن شاید ہم اب ان لوگوں کے لیے دعا کرنا بھی بھول جائیں گے۔ بس موم بتی جلائی، تصویر بنوائی اور آرام سے سو گئے۔

صوفیاء اور اہل نظر کا عقیدہ ہے کہ ہر جمعہ کی رات ارواح اکٹھا ہوتی ہیں۔ تو اگر کسی کی اولاد یا چاہنے والے نے اس کے لیے مغفرت کی دعا کی ہو گی، کوئی تلاوت اس کے نام سے کی ہو گی، کوئی نیکی کا کام یا رفاہ عامہ کا کام اس کے نام منسوب کیا ہو گا تو یہ اسے تحفے یا اجر کے طور پر ملتا ہے۔

ان ارواح کے ہجوم میں سب سے شرمندہ اور پژمردہ وہ روح ہوتی ہے جس کی اولاد یا پیار کرنے والے اسے ایسا تحفہ نہیں بھیجتے۔

ہم نے زندوں کو تو مایوس کیا تھا اب ہم نے مردوں کو بھی مایوس کرنا شروع کر دیا ہے۔ اب ہمارے مردوں کے نصیب میں سول سوسائٹی کی جنت یا جہنم ہے۔

احمد بن شہزاد

سیدہ راشدہ عفت

محترمہ سیدہ راشدہ عفت جنہیں سلسلہ عظیمیہ کے اراکین اور دیگر بے شمار افراد امی جان کہتے تھے، سلسلہ عظیمیہ کی اہم ستون تھیں۔ آپ پاکستان بننے سے تقریباً پانچ سال قبل پیدا ہوئیں۔

بچپن ہی سے انہیں مکمل دینی ماحول ملا۔ مذہبی اور تعلیم یافتہ گھرانہ تھا، صوم وصلوٰۃ کے ساتھ پردے کی بھی پابندی تھی۔

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی شریک حیات بننے کا موقع نصیب ہوا، محترمہ راشدہ عفت اور خواجہ شمس الدین کی شادی 1955ء میں ڈھاکہ میں ہوئی اور رخصتی کے بعد آپ کراچی آگئیں۔ عظیمی صاحب کے ساتھ ہر قسم کے حالات میں زندگی بسر کی۔ آپ نے عظیمی صاحب کے ساتھ چھپن برس کی مشترکہ زندگی میں گھر کے لئے بہت زیادہ خدمات انجام دیں۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں پانچ بیٹے اور چار بیٹیوں سے نوازا ہے۔

ایک فداکار و مہربان زوجہ اور تمام مشکلات میں اپنے شوہر کے لئے بہترین یار و مددگار تھیں۔ روحانی مشن کی ترویج کے لئے خدمت خلق کا یہ سلسلہ جب ایک فرد، ایک مکان سے شروع ہوا تھا تب سے آپ نے اپنی زندگی اس کے لیے وقف کر دی تھی۔ انہوں نے سلسلۂ عظیمیہ کی خواتین کے ساتھ رہ کر ان کی تربیت کی۔ وہ تمام خواتین کے ساتھ اپنی بیٹیوں کی طرح محبت کرتی تھیں اور قدم قدم پر ان کی راہنمائی کرتی تھیں۔

امی جان ایک رحم دل اور سخی خاتون تھیں۔ وہ ضرورت مندوں اور غریبوں کے کام آتی تھیں۔ امی جان ان ہستیوں میں سے تھیں جو اپنے حصے کا کھانا بھی دوسروں کو کھلا دیتے ہیں۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ نعت پیش کرنے کا امی جان مسلسل اہتمام فرماتیں۔ جہاں دو چار خواتین ان کے پاس جمع ہوتیں وہ فرماتیں چلو نعتیں پڑھ لیتے ہیں۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے امی جان کے کمرے سے نعتوں کی اور صلوٰۃ وسلام کی پرنور صدائیں آنے لگتیں۔

امی جان ہر سال ہر مہینہ نہیں بلکہ تقریباً ہر روز ہی نعت خوانی اور ہو سکے تو میلاد کا اہتمام کرلیا کرتی تھیں۔ زیرلب بھی نعت پڑھتیں۔ ذکر مصطفےٰ کے دوران ان کے آنسو بہتے رہتے جنہیں وہ خاموشی سے اپنے دوپٹے کے پلو میں جذب کرتی رہتیں....

آج وہ ہمارے درمیان نہیں ہیں تو ان کی کمی شدت سے محسوس ہو رہی ہے۔ ایسے لگ رہا ہے جیسے

ہماری ماں ہم سے بچھڑ گئی ہے۔ امی جان کو اپنے بچوں سے رخصت ہوئے دو سال ہونے والے ہیں۔ 15 مارچ 2013ء بمطابق 2 جمادی الاول آپ کا یوم وفات ہے۔

آیئے....! ہم سب مل کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ امی جان کی مغفرت فرمائے اور انہیں جنت الفردوس میں بہت اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور امی جان کی اولاد کو اور عقیدت مندوں کو ان کے اعلیٰ اوصاف اختیار کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

❖❖❖

سیدہ سعیدہ خاتون عظیمی

موجودہ دور میں خواتین کی روحانی صلاحیتوں کا اور روحانی مشن کی خدمت کرنے والی خواتین کا جہاں بھی ذکر ہوگا وہاں خداداد صلاحیتوں کی حامل پاکستان سے انگلستان میں جا بسنے والی ایک محترم خاتون، محترمہ سعیدہ باجی کا نام یقیناً لیا جائے گا۔

سعیدہ باجی سلسلہ عظیمیہ کا درخشندہ ستارہ تھیں.... حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب جب بھی سعیدہ باجی کا تذکرہ فرماتے.... آپ کی آواز شفقت کے جذبات سے پر ہوتی.... کئی مواقع پر حضرت عظیمی صاحب نے فرمایا.... "اللہ تعالیٰ نے مجھے سعیدہ کی صورت میں ایک دُرِ نایاب عطا کیا ہے.... میں اس کے لئے ذات باری تعالیٰ کا بہت ہی شکر گزار ہوں"....

سعیدہ خاتون کی پیدائش نومبر 1938ء میں ناگپور شہر کے علاقے "بڑا لعل صاحب" کے ایک سادات گھرانے میں ہوئی۔ والد محترم کا نام سید نظام علی جبکہ والدہ چھوٹی بائی کے نام سے مشہور تھیں۔ سید نظام علی نے ہندوستان کے معروف روحانی بزرگ حضرت بابا تاج الدین ناگپوری کا آخری دور پایا۔ نظام علی اپنے پاکیزہ کردار اور شرافت کی وجہ سے نہایت قدر و منزلت کی نگاہ سے دیکھے جاتے تھے۔ ایک روز ان کے والد اپنے دوستوں کی ہمراہ تانگے پر سوار ناگپور کے بازار سے گزر رہے تھے کہ اچانک لوگوں میں شور مچ گیا۔ بابا تاج الدینؒ آرہے ہیں.... اس وقت ناگپور کیا، پورے ہندوستان میں بابا تاج الدینؒ کی کرامات کا چرچا تھا.... جب بابا تاج الدینؒ شہر میں نکلتے تو آپ کے پیچھے لوگوں کا ایک ہجوم ساتھ چلا کرتا تھا.... اس وقت بھی بازار کے لوگ کام چھوڑ کر بابا صاحبؒ کی طرف متوجہ ہوگئے.... تانگے والے نے بھی تانگہ روک لیا.... بابا تاج الدینؒ غیر متوقع طور پر تانگے کے قریب آئے.... آپ کے ہاتھوں میں کیلوں کا ایک گچھا تھا.... کیلے کا یہ گچھا بابا تاج الدینؒ نے سعیدہ خاتون کے والد کی طرف بڑھایا اور اپنے مخصوص انداز میں فرمایا "لے کھالے!.... تیری اولاد نیک ہوگی"....اللہ تعالیٰ نے نظام علی کو دو صاحبزادوں اور سات صاحبزادیوں سے نوازا۔ دونوں صاحبزادے اولادوں میں سب سے بڑے تھے۔ سعیدہ باجی کا نمبر بہنوں میں چوتھا تھا۔

نظام علی دوسری جنگِ عظیم کے دوران یورپ میں پانچ سال مقیم رہے۔ سعیدہ باجی تقسیم ہندوستان سے 15 روز پہلے ہی بڑے بھائی اور بڑی بہنوں کے ہمراہ پاکستان آگئی تھیں کیونکہ بڑے بھائی کا تبادلہ کراچی میں ہوگیا تھا۔ نظام علی، چھوٹی بائی اور سعیدہ باجی کی چھوٹی بہنیں آزادی کے ایک سال بعد آئے۔ سعیدہ خاتون ابھی میں زیر تعلیم تھیں کہ ان کے لیے عبدالحفیظ بٹ صاحب کا رشتہ آیا اور سعیدہ باجی حفیظ بھائی کے ساتھ رشتۂ ازدواج میں منسلک ہوگئیں۔ سن 1960ء

اوائل میں سعیدہ خاتون حفیظ بھائی کے ساتھ مانچسٹر چلی گئیں اور تادم آخر وہیں مقیم رہیں۔

سعیدہ باجی اپنے نام کی طرح ایک سعید روح تھیں والدین کے لئے صالح بیٹی، بڑے بہن بھائیوں کے لئے فرمانبردار بہن اور چھوٹوں کے لئے سراپا محبت ہستی.... اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت میں بھی شفقت و محبت نمایاں تھی۔ تربیت کے معاملے میں موقع کی مناسبت سے سختی سے بھی پیش آتی تھیں۔ بچوں کی تربیت میں وہ سونے کے چمچے سے کھلانے اور عقاب کی نظروں سے دیکھنے پر یقین رکھتی تھیں۔

سعیدہ خاتون کو بچپن ہی سے اللہ سے قربت اور غیب کی دنیا کے حقائق جان لینے کی جستجو رہی.... یہ جستجو انہیں قدرت کی توفیق سے ملی تھی، چنانچہ اس کی تکمیل کے لئے راستے بھی کھلتے چلے گئے.... روحانی حواس بیدار ہوئے تو ان پر نئے نئے راز کھلنے لگے۔ سعیدہ خاتون جو محسوس کرتیں اسے قلمبند کرلیا کرتیں.... اور وقتاً فوقتاً اپنی بڑی بہن کو ارسال کردیا کرتیں.... دسمبر 79ء میں روحانی ڈائجسٹ کا اجراء ہوا۔ سعیدہ باجی کی بہن جو کراچی میں مقیم تھیں، روحانی ڈائجسٹ کے شمارے ان کی نظر سے گزرے تو انہوں نے سعیدہ باجی کی واردات و کیفیات چیف ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو ارسال کردیں۔

روحانی ڈائجسٹ مئی 1979ء کے شمارے میں پہلی مرتبہ سعیدہ باجی کی روحانی کیفیات "واردات" کے زیرعنوان شائع ہونا شروع ہوئیں.... یوں روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے ساتھ آپ کا قلمی رشتہ بن گیا.... پھر روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر آپ کی وقتاً فوقتاً تحریریں شائع ہوتی رہیں۔ سعیدہ باجی نثر و نظم میں منفرد انداز کی حامل تھیں۔ سعیدہ خاتون نے نثر کے ساتھ ساتھ نظم و غزل میں بھی اپنے خیالات اور کیفیات و مشاہدات کو رقم کیا۔ مختلف پروگراموں کی رپورٹس بھی تحریر کیں۔

سعیدہ خاتون عظیمی کے مضامین، واردات و کیفیات، سفرنامے، قسط وار کہانیاں بعد میں کتابی صورت میں بھی شائع ہوئیں، جن میں روحانی ڈائری، روح کہانی، اندر کا مسافر، خوشبو، جوگن، روحیں بولتی ہیں، قندیلیں، گیارہ ہزار فریکوئنسی، قرآن اور تصوف، مراقبہ کی اقسام اور معرفتِ عشق شامل ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ کے مطالعے نے آپ کے دل پر بے حد اثر کیا اور آپ نے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو خط تحریر کیا.... الشیخ عظیمی صاحب نے جواب میں اجتماعی مراقبہ کرانے کی اجازت دی.... سعیدہ باجی نے مانچسٹر انگلینڈ میں اپنے گھر پر محفلِ مراقبہ کا آغاز کیا تو ابتداء میں چند ملنے جلنے والے ہی اس محفل میں شریک ہوا کرتے.... 1983ء میں حضرت عظیمی صاحب انگلینڈ تشریف لے گئے اور مراقبہ ہال کا باقاعدہ افتتاح فرمایا.... اس روز سے سعیدہ خاتون کی مصروفیات میں اضافہ ہوگیا اور دیکھتے ہی دیکھتے ان کی نگرانی میں انگلینڈ کے دیگر شہروں میں بھی مراقبہ ہال قائم ہونے لگے.... 1991ء تک لندن، برمنگھم، بریڈ فورڈ، ہڈرز فیلڈ اور گلاسکو میں سلسلہ عظیمیہ کے تربیت یافتہ اراکین مراقبہ ہال کے تحت روحانی مشن کی خدمات انجام دے رہے تھے.... آپ اکثر اپنے شوہر عبدالحفیظ بٹ کے ہمراہ کراچی میں حضور قلندر بابا اولیاءؒ کے عرس مبارک کی مرکزی تقریب میں

شرکت کرتیں.... پاکستان کے دیگر شہروں میں بھی آپ کو خطاب کے لئے مدعو کیا جاتا.... وہ گزشتہ اڑتیس سال سے انگلینڈ میں مقیم تھیں.... سعیدہ خاتون کی کوششوں سے اور اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے سالفورڈ یونیورسٹی میں ڈپارٹمنٹ آف Rehabilitation میں حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی تصنیف "لوح و قلم" کا انگریزی ترجمہ اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی کتابوں کے انگریزی ترجمے کو بی ایس سی آنرز کے کورس میں شامل کرلیا گیا... سعیدہ خاتون 1999ء میں سالفورڈ یونیورسٹی کی وزیٹنگ پروفیسر مقرر ہوئیں....

محترم سعیدہ باجی 23 مارچ 2003 برطانیہ کے شہر مانچسٹر میں انتقال کرگئی تھیں۔ سعیدہ باجی کے انتقال سے خاص طور پر برطانیہ میں مقیم عظیمی بہن بھائی بہت محبت کرنے والی بہن ماں جیسی شفیق ہستی کے سایہ عاطفت سے محروم ہوئے۔ سعیدہ باجی جیسی مشن سے کمٹمنٹ رکھنے والی بے لوث اور خداداد صلاحیتوں کی حامل ہستیاں بہت کم ہوتی ہیں۔

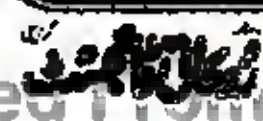
سعیدہ خاتون:.... خصوصاً خواتین کے لئے ایک مثالی کردار ہے۔ ایک کردار جو خواتین کو رہنمائی فراہم کرتا ہے کہ ایک عورت اپنی گھریلو اور معاشرتی ذمہ داریوں کے ساتھ کس طرح راہ سلوک میں بھی کامیابیوں کے دروازے کھول سکتی ہے۔

سعیدہ باجی نے ثابت کردکھایا ہے کہ روحانی اور دنیاوی تقاضوں کو کس طرح متوازن اور معتدل انداز میں پورا کیا جاسکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ان کی خدمات قبول ہوں۔ ان کی مغفرت ہو اور انہیں جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا ہو۔ آمین۔

❖

نیکی کبھی ضائع نہیں جاتی.....

برطانوی شہر پریسٹن کی سڑکوں پر رات گزارنے والے ایک بے گھر شخص کی دریادلی نے ایک طالبہ کو اس قدر متاثر کیا کہ اس کے احسان کا بدلہ اتارنے کے لیے طالبہ نے لاکھوں روپے کا فنڈ جمع کرلیا ہے۔ یونیورسٹی آف لنکا شائر کی طالبہ بائیس سالہ ڈومینک ہیریسن کہتی ہیں کہ ایک رات تاخیر سے گھر واپس آتے ہوئے انہیں احساس ہوا کہ وہ اپنی رقم کھو چکی ہیں۔ جب وہ پریشان حالت میں سڑک کنارے کھڑی تھیں تو رابی نامی مفلوک الحال شخص ان کے پاس آیا اور جب اسے معلوم ہوا کہ وہ رقم کھو جانے کی وجہ سے پریشان ہیں تو اس شخص نے اپنے پاس موجود کل رقم تین پاؤنڈ مدد کے لیے پیش کردیے۔ ہیریسن کہتی ہیں کہ رابی نے اپنی کل رقم پیش کرتے ہوئے بحفاظت گھر پہنچنے کی تاکید کی تو ان کا دل بھر آیا کہ یہ شخص خود سڑک پر خالی ہاتھ رات گزارے گا لیکن اس کا دل کتنا مہربان ہے۔ انہوں نے گھر واپس آتے ہی فیس بک پر یہ واقعہ اپنے سب دوستوں کو بتایا اور سب سے اپیل کی کہ وہ صرف تین پاؤنڈ کا عطیہ فراہم کریں تاکہ وہ نیا گھر خریدنے میں رابی کی مدد کرسکیں۔ ہیریسن نے محض دو ہفتے میں 13,000 پاؤنڈ جمع کرلیے ہیں اور اب وہ رابی کے گھر کے لیے پہلی قسط جمع کروانے کے لیے تیار ہیں۔ اس دل گداز واقعے سے لوگ اس قدر متاثر ہوئے ہیں کہ ہیریسن کے دوستوں کے علاوہ بے شمار دیگر لوگ بھی عطیات بھیج رہے ہیں۔

بہت خوش قسمتی دستیاب ہے.....!

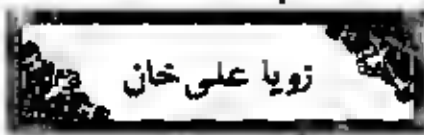
جاپان میں ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا کام تسلی بخش کیا جاتا ہے۔

زویا علی خان

کوئی دست شناس آپ کے ہاتھ کی لکیریں دیکھ کر کہے کہ آپ بڑے بدقسمت ہیں تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، اب پام سرجری (Palm Surgery) کی مدد سے سرجن آپ کی قسمت کی لکیریں آپ کی پسند کے مطابق چھوٹی بڑی یا کم زیادہ کر سکتا ہے۔

دست شناسی (پامسٹری) ایک قدیم فن ہے۔ اس فن کا ماہر (دست شناس) ہاتھوں کی لکیریں دیکھ کر لوگوں کے مستقبل کی پیش گوئی کرتا ہے، شادی ہو گی یا ساری زندگی کنوارا ہی رہنا پڑے گا، کاروبار کیسا چلے گا، اولاد کتنی ہو گی زندگی آرام و سکون سے کٹے گی یا حادثات و مصائب گھیرے رہیں گے۔

دست شناسی کی حقیقت سائنس تسلیم نہیں کرتی، لیکن عوام کی اکثریت ان لکیروں کا فقیر بنے رہنے میں خوشی محسوس کرتی ہے۔

دست شناسی یوں تو ساری دنیا میں مقبول ہے، لیکن جاپانی اس فن پر بہت زیادہ یقین رکھتے ہیں۔ جاپان میں لوگ مشینی زندگی گزارتے ہیں اور بڑی مشکل سے دوسروں کے لیے وقت نکال پاتے ہیں۔ اس مشینی زندگی نے انسان کو انسان سے دور کر دیا ہے۔ کل کی فکر نے لوگوں کو ڈپریشن کا مریض بنا دیا ہے، جاپان میں خودکشی کی شرح دنیا کے دیگر ممالک سے زیادہ ہے۔ چلتا پھولتا کاروبار، پرتعیش زندگی اور خوبصورت جیون ساتھی ہر کسی کی خواہش ہوتی ہے۔ ان چیزوں کے حصول کے لیے انسان محنت کرتا ہے، لیکن محنت کے باوجود اگر اس کی آرزوئیں پوری نہ ہوں تو وہ شارٹ کٹ تلاش کرتا ہے۔ یہ شارٹ کٹ یا تو اسے جرم کی دنیا میں لے جاتا ہے یا خوابوں کی دنیا کی سیر کرواتا ہے۔

جاپانی، پامسٹری (دستشناسی) پر بہت زیادہ یقین رکھنے والی قوم ہے۔ اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے وہ کثیر سرمایہ خرچ کرتے ہیں۔ جاپان میں سستے دست شناس بھی 70 امریکی ڈالر سے کم فیس نہیں لیتے۔ بہت سے جاپانی اپنے ہاتھ کی لکیروں سے

سے جھوٹنے لگتا ہے۔ جب کسی جاپانی کے ہاتھ کی لکیریں خراب قسمت کی گواہی دیتی ہیں تو وہ سخت مایوسی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اسی مایوسی نے جاپانیوں کو پام سرجری کی راہ سجھائی۔ ہوا یوں کہ ٹوکیو کے ایک پلاسٹک سرجن ڈاکٹر تاکاکی ماتسوکا(Takaaki Matsuoka) کے کلینک پر جنوری 2011ء کو ایک خاتون آئی اور ان سے ایک انوکھی فرمائش کرتے ہوئے کہا کہ وہ اپنی قسمت بدلنے کے لیے ہاتھ کی لکیریں بدلوانا چاہتی ہیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کو پہلے تو یقین نہیں آیا کہ وہ یہ کام کر پائیں گے۔ انہوں نے طبی جریدے کھنگالے تو ان پر انکشاف ہوا کہ ایسی ہی چند سرجریز کوریا میں ہو چکی ہیں۔ انہوں نے اس کے طریقہ کار کو غور سے پڑھا اور پھر خاتون کی پسند کے مطابق اس کے ہاتھ کی لکیریں بدل دیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کا کہنا ہے کہ یہ لکیریں صرف برقی بلیڈ کی مدد سے ہی بنائی جا سکتی ہیں۔ اگرچہ لیزر اور عام بلیڈ بھی اس کام میں استعمال کیے جا سکتے ہیں، لیکن ان سے بنائی گئی لکیریں واضح نہیں ہوتیں اور نہ ہی قدرتی دکھائی دیتی ہیں۔

پام سرجری تکلیف دہ عمل نہیں ہے۔ پندرہ منٹ میں اپنی پسند کی پانچ سے دس لکیریں بہ آسانی بنوائی جا سکتی ہیں۔ پام سرجری کرنے والے سرجنوں کو دست شناسی کے علم سے بھی واقفیت ہونی چاہیے، انہیں یہ پتا ہونا چاہیے کہ قسمت کی لکیروں میں شادی، کاروبار، یا خوش بختی کی لکیریں کون کون سی ہیں۔

ڈاکٹر تاکاکی ماتسوکا ایک ماہر پلاسٹک سرجن ہیں جو نہ صرف لوگوں کے ہاتھ کی لکیریں بدلنے کا ہنر جانتے ہیں بلکہ دست شناسی سے بھی تھوڑا بہت شغف

خوش نہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ ان لکیروں کی وجہ سے ان کی قسمت ان کا ساتھ نہیں دے رہی اور کامیابی انہیں چھو کر گزر جاتی ہے۔

جاپانی پام سرجری کی مدد سے اپنی قسمت "اپنے ہاتھ" سے بدلنا چاہتے ہیں۔ وہ آپریشن کے ذریعے اپنے ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے، انہیں مٹانے یا نئی لکیریں بنوانے کے خبط میں مبتلا ہو رہے ہیں۔ بے شمار جاپانی سمجھتے ہیں کہ اس طرح ان کا مستقبل روشن ہو جائے گا۔ پام سرجری دراصل 15 منٹ کا ایک چھوٹا سا آپریشن ہوتا ہے، جس میں سرجن ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے یا نئی لکیریں بنانے کے لیے ایک برقی بلیڈ(Electric Scalpel) استعمال کرتا ہے۔ اس بلیڈ سے جلد کی مطلوبہ جگہ جلائی جاتی ہے۔ جلنے کے نشانات ایک ماہ تک رہتے پھر ان کی جگہ لکیریں بن جاتی ہیں، جو مٹائی نہیں جا سکتیں۔ اس آپریشن کی فیس عموماً ایک ہزار امریکی ڈالر ہے۔

زیادہ تر جاپانیوں کا خیال ہے کہ ان کی زندگی میں خوش قسمتی اور بد بختی کا انحصار ہاتھ کی لکیروں پر ہے۔ جب کوئی جاپانی اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے کسی دست شناس کے پاس جاتا ہے اور وہ ہاتھ دیکھ کر اسے اچھی قسمت کی خوش خبری دیتا ہے تو وہ خوشی

رکھتے ہیں، اسی لیے وہ اپنے کلائنٹس میں بہت مقبول ہیں۔ پام سرجری کے شائقین اپنے ہاتھوں پر زیادہ تر خوش قسمتی، دولت اور شادی کی لکیریں بنوانا پسند کرتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کا یہ بھی خیال ہے کہ اس سرجری سے بنائی جانے والی لکیریں چونکہ قدرتی نہیں ہوتیں اس لیے اس سے انسان کی قسمت نہیں بدلتی اور نہ ہی مستقبل پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ زیادہ تر جاپانی خواتین اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانا پسند کرتی ہیں۔ جب کسی لڑکی کو دست شناس یہ بتاتا ہے کہ اس کے ہاتھ پر شادی کی لکیر نہیں ہے تو وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے۔ اسے اپنے مسئلے کا حل پام سرجری میں نظر آتا ہے۔ یہ خواتین اس وہم میں مبتلا رہتی ہیں کہ ہاتھ پر شادی کی لکیر نہ ہونے کی وجہ سے وہ عمر بھر کنواری بیٹھی رہیں گی۔ پام سرجری کروانے والی زیادہ تر خواتین اپنے ہاتھ میں شادی کی لکیر بنوانا پسند کرتی ہیں، جبکہ مرد حضرات دولت میں اضافہ اور کوروبار میں ترقی کی لکیر بنوانے میں زیادہ دلچسپی رکھتے ہیں۔

ڈاکٹر تاکاکی نے پچھلے برس تیس ایسی خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکاکی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی ہیں، لیکن چونکہ سرجری ان کا پیشہ ہے، اس لیے وہ ان باتوں سے قطع نظر صرف اپنے "مریض" کی پسند کے مطابق ان کی سرجری کر دیتے ہیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کہتے ہیں کہ انسان کو ہمیشہ مثبت انداز میں سوچنا چاہیے۔ پام پلاسٹک سرجری کے بارے میں ان کا کہنا ہے کہ یہ ایک طرح کا "پلاسیبو ایفیکٹ" ہے یعنی دوا کے طور پر دیا جانے والا ایک بے ضرر مواد، جسے کھانے سے مریض کو اطمینان ہوتا ہے کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ ان کا کہنا ہے کہ جب انسان سوچتا ہے کہ وہ خوش قسمت ہے تو بعض اوقات واقعی اس کی قسمت چمک جاتی ہے۔ وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ بالفرض اگر لکیریں بدلنے سے آپ کی قسمت نہیں بدلتی تو اگر آپ قسمت بدلنے کا ارادہ کر لیں اور اس کے لیے تھوڑی تکلیف اٹھائیں تو یقیناً آپ اپنی زندگی بدل سکتے ہیں۔ دست شناسوں (Palm Readers) کا ماننا ہے کہ پام سرجری متعارف ہونے سے پہلے خرابیِ قسمت کے مارے اپنے ہاتھ پر قلم سے خود ہی خوش قسمتی کی لکیریں بنا کر اس خوش فہمی میں مبتلا ہوتے تھے کہ

اب ان کی قسمت سنور جائے گی، لیکن ایسا ہوتا نہیں تھا۔

زیادہ تر جاپانیوں کا پام سرجری پر راسخ عقیدہ بن چکا ہے۔ جن لوگوں نے پام سرجری کروائی ہے ان کا کہنا ہے کہ اس سے ان کی زندگی میں بڑا بدلاؤ آیا ہے۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں، "میں نے ایک خاتون کے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنائی تو کچھ عرصے بعد اس کی شادی ہوگئی۔ دو افراد نے اپنے ہاتھوں پر قسمت کی لکیروں کو لمبا کروایا تو ان کی انعامی لاٹریاں نکل آئیں اور وہ امیر ہوگئے۔" یہ دعویٰ اگر کوئی سو سالہ سنیاسی باوا کرتا تو شاید ہم اسے ٹھگ سمجھ کر مسترد کردیتے، لیکن یہ واقعات ٹوکیو کا ایک ماہر سرجن بیان کر رہا ہے، جسے خود بھی اس علم پر یقین نہیں ہے۔ اس لیے ان واقعات کو محض اتفاق کا نام دیا جاسکتا ہے۔ جیسا کہ لندن کے ایکسکلوسیو کاسمیٹک سرجری سینٹر کے سربراہ ڈاکٹر یانیس الیگزینڈر ڈیس (Yannis Alexandrides) کہتے ہیں، "ہوسکتا ہے کہ پام سرجری کروانے والے چند افراد کی قسمت اتفاق سے بدل گئی ہو لیکن یہ چیزیں اس غیر سرجیکل مداخلت کو حق بہ جانب قرار دینے کے لیے ناکافی ہے۔

پام سرجری سے چند پیچیدہ بیماریوں میں مبتلا ہونے کا بھی قوی امکان ہے، جن میں انفیکشن اور تکلیف دہ نیوروماتس بیماریاں شامل ہیں۔

سائنس، پام سرجری کو نہیں مانتی، لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ جاپان میں اس کی مقبولیت میں رفتہ رفتہ اضافہ ہورہا ہے اور بہت سے کلینک اور اسپتال "یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے" کا اشتہار بنے ہوئے ہیں۔ ان مراکز پر پام سرجری کی مدد سے ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا "تسلی بخش" کام کیا جاتا ہے۔ ٹوکیو کے ایک کلینک کی انتظامیہ کا کہنا ہے کہ انہوں نے پام سرجری کے لیے اشتہارات دینا بند کردیے ہیں، کیونکہ اس کی مانگ میں بہت زیادہ اضافہ ہوگیا ہے اور اب اشتہارات دینے کی ضرورت نہیں رہی۔

پام سرجری کو متعارف ہوئے زیادہ عرصہ نہیں گزرا، اس کی ابتدا اگرچہ کوریا سے ہوئی لیکن مقبولیت اسے جاپان میں ملی۔ 2011ء میں ٹوکیو کے صرف ایک کلینک میں پچاس کے قریب پام پلاسٹک سرجریاں ہوئیں۔

بعض مریض پہلے سے اپنے ہاتھ پر قلم سے لکیریں بنا کر کلینک آتے ہیں اور سرجن سے فرمائش کرتے ہیں کہ انہیں ان کی لکیروں کی پام سرجری کروانی ہے۔

جب تک خلوص، ایمانداری اور سادہ طرز زندگی کے بجائے طاقت اور دولت اعلیٰ معیار بنے رہیں گے، انسان بھی خوشی کی تلاش میں یوں ہی سرابوں کے پیچھے بھاگتا رہے گا اور اپنے لیے بر وہ کمزور سہارے تلاش کرے گا، جو اسے پہلے سے زیادہ کمزور، وہمی بناتا رہے گا۔

قسمت کا لکھا اگر اٹل ہے تو وہ لوح محفوظ میں لکھا ہے، جہاں انسان کی رسائی نہیں ہے۔ باقی رہے نجومی اور دست شناس تو یہ محض اپنی انکل کے گھوڑے دوڑاتے ہیں، جن کی بعض باتیں کبھی کبھار صحیح بھی ہوجایا کرتی ہیں۔

پام سرجری کے بارے میں بھی اتنا کہنا کافی ہوگا کہ "دل کے بہلانے کو غالب یہ خیال اچھا ہے۔"

❋

ظلمت سے نور تک

تیسرا اور آخری حصّہ

بیسویں صدی میں امتِ اسلامیہ کے علمی ... جن شخصیت نے نا بہ ک کیا ان میں جرمن نو مسلم صحافی محمد اسد (لیوپولڈ وز Leopold Weiss) کو ایک منفرد ... کا تعلق یہودی خاندان سے تھا اور وہ جرمنی اور یورپ کے مؤقر ترین روزنامے میں ... ایک صحافی کی حیثیت سے عرب دنیا سفر کیا۔ سفر کے دوران ایک عرب ہم سفر کی دعوت پر عرب ... گذارے، یہ تین سالہ قیام خود پسند اور اپنی ذات کے خول میں گم مغربی دنیا کے اس نوجوان کے لئے بڑا عجیب تجربہ تھا۔ اس نے عرب معاشرے میں باہمی تعلقات، بھائی چارے، محبت اور دکھ درد میں شرکت کو دیکھا تو حیران رہ گیا اور وہیں سے اس کا دل اسلام کی جانب راغب ہو گیا۔

واپسی پر قرآن مجید کا مطالعہ کیا اور سورۃ تکاثر ان کے قبول اسلام کا باعث بنی۔ انہوں نے برلن میں اسلام قبول کر لیا اور اپنا نام تبدیل کر کے محمد اسد رکھا۔ اسلامی فکر کی تفہیم اور دعوت میں آپ نے 66 سال صرف کیے۔ یوں تو محمد اسد نے کئی کتب تحریر کیں مگر نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی وہ کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ ان کی مشہور کتاب دی روڈ ٹو مکہ Road to Makkah: علمی، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔

روڈ ٹو مکہ بنیادی طور پر محمد اسد کی روحانی سرگذشت ہے۔ جو گذشتہ نصف صدی سے ذوق و شوق سے پڑھی جا رہی ہے۔ اس کتاب میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کی کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہو رہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے۔

قارئین کرام کے ذوقِ مطالعہ کے لیے اس اثر آفرین کتاب کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

محمد اسد

(گذشتہ سے پیوستہ)

کچھ دیر یہ سلسلہ جاری رہا، الزام لگتا اور اس کا دفاع ہوتا رہا، حتیٰ کہ دفاع کرنے والا گروہ زور پکڑ گیا اور پیچھے بیٹھے قاضی نے فیصلہ دیا

"اسے معلوم نہیں تھا کہ وہ کیسے مار رہا ہے، اور اس نے خدا کا نام لیا تھا، اسے واپس لے جاؤ!...."

"جو دو افراد مجھے یہاں لائے تھے انہوں نے مجھے بازوؤں میں اٹھایا اور اسی مہیب اندھیرے کے راستے سے واپس لے گئے

اور مجھے زمین پر لٹا دیا۔ میں نے اپنی آنکھیں کھولیں۔

میں نے خود کو اناج کی کچھ بوریوں کے درمیان میں پایا، ان کے اوپر خیمے کا ایک حصہ پھیلا ہوا تھا تاکہ مجھے سورج کی روشنی سے بچایا جا سکے۔ یہ دن کے آغاز کا وقت لگ رہا تھا، اور میرے ساتھیوں نے یقیناً پڑاؤ ڈالا ہوا تھا۔ کچھ فاصلے پر میں اپنے اونٹوں کو چرتا دیکھ سکتا تھا۔ میں اپنے ہاتھ اٹھانا چاہتا تھا، لیکن میری ٹانگیں بہت بے جان تھیں۔ جب میرا ایک ساتھی مجھ پر جھکا تو، میں نے کہا "کافی"..... کچھ دور میں نے کافی کو ہاون میں پیسے جانے کی آواز سنی۔ میرا دوست چھلانگ لگا کر کھڑا ہو گیا

"یہ بول رہا ہے، یہ بول رہا ہے! اسے ہوش آگیا ہے.....!"

اور انہوں نے مجھے تازہ، گرم کافی دی۔

میں نے پوچھا:

"کیا میں ساری رات بے ہوش رہا ہوں؟"

انہوں نے جواب دیا "ساری رات؟ پورے چار دن تم ہلے تک نہیں! ہم نے تمہیں ایک بوری کی طرح اونٹوں پر لادا، اور رات کو اتار دیا، ہم نے سوچا کہ تمہیں یہاں دفن کرنا پڑے گا لیکن تعریف اس ذات کی جو زندگی دیتا اور لیتا ہے، جو لافانی ہے....."

"سو آپ نے دیکھا، میرے پیارے چچا، غروب آفتاب کے وقت سانپ کو نہیں مارنا چاہیے"۔

میرا آدھا دماغ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی آدھا دماغ اندھیرے میں غیر مرئی قوتوں کو محسوس کر رہا ہے، ان کی آواز اتنی مدھم ہے کہ کان سے بمشکل سنائی دیتی ہے، ہوا میں قاصمت کی بو ہے، مجھے کچھ پچھتاوا ہوتا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت سانپ کو مار ڈالا تھا۔

دجّال

حائل سے روانہ ہونے کے بعد پانچویں رات کو ہم مدینہ کے میدان میں پہنچتے ہیں۔ تاریکی میں کوہ احد نظر آرہا ہے۔ سانڈنیاں تھک چکی ہیں، ہم دن بھر چلتے رہے ہیں، ہم تینوں خاموش ہیں۔ اب چاند نکل آیا ہے، چاندنی میں مسجد نبویؐ کے مینار، گنبد خضریٰ اور شہر صاف نظر آرہا ہے۔ ہم باب الشام سے شہر میں داخل ہوتے ہیں۔ اب میں مدینۃ النبی میں ہوں۔ یہی شہر کئی سال سے میرا گھر چلا آتا ہے، مانوس گلیاں سنسان ہیں اور پھر میرا مکان آجاتا ہے۔ منصور رخصت ہو جاتا ہے اور ہم سانڈنیوں سے اتر کر ان کو بٹھا رہے ہیں۔

محمد اسد، ریڈیو پاکستان پر تقریر کرتے ہوئے، دوسری جانب بطور چیئر مین ڈیپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن اپنے فرائض انجام دے رہے ہیں۔

مدینے میں میرے ایک پرانے دوست اور بزرگ شیخ عبداللہ ابن بلیہد سے ملاقات ہوئی اور ہم دونوں نے اکٹھے نماز مغرب ادا کی۔ مغرب کے بعد بدو لوگ عقیدت سے شیخ ابن بلیہد کو گھیر کر دورہ عراق کے بارے میں سوال کرنے لگتے ہیں کیونکہ عراق

میں شیخ ابن بلیہد کی پہلی مرتبہ فرنگی (یورپی انگریز) لوگوں کو دیکھ چکے ہوتے ہیں۔

"یا شیخ ہمیں بتائیں کہ فرنگی لوگ سر پہ ہمیشہ ہیٹ اس طرح کیوں پہنتے ہیں کہ اس سے آنکھیں چھپ جاتی ہیں؟ وہ آسمان کو کیسے دیکھتے ہوں گے؟"

"اس لیے کہ وہ آسمان دیکھنا ہی نہیں چاہتے۔ شاید اس طرح انہیں ڈر رہتا ہے کہ آسمان پر نظر پڑنے سے انہیں خدا یاد آسکتا ہے اور وہ ہفتے کے عام دنوں میں خدا کو یاد ہی نہیں کرنا چاہتے، شیخ نے جواب دیا۔

بدو نے مزید پوچھا پھر خدا انہیں کیوں نوازتا ہے اگر وہ خدا کے انکاری ہیں؟

"یہ بہت آسان بات ہے بیٹا وہ لوگ سونے (gold) کی پوجا کرتے ہیں اور ان کا خدا ان کی جیب میں ہے.... یہ میرے دوست فرنگیوں کے بارے میں مجھ سے بہتر جانتے ہیں کیونکہ یہ انہی میں سے آئے ہیں، شیخ نے میری طرف اشارہ کیا۔ اللہ تعالیٰ انہیں اندھیرے سے نکال کر اسلام کی روشنی میں لے آیا ہے...."

"کیا یہ سچ ہے کہ آپ بھی فرنگی تھے....؟" بدو نے مجھ سے پوچھا۔

میں نے ہاں میں سر ہلایا۔

"سب تعریفیں اللہ کے لیے ہیں۔ وہ جس کو چاہتا ہے ہدایت دیتا ہے۔ میرے بھائی، مجھے بتائیں کہ یہ فرنگی لوگ خدا کے بارے میں غفلت میں کیوں پڑے تھے....؟" بدو نے مجھ سے پوچھا۔

"یہ بہت لمبی کہانی ہے جسے چند الفاظ میں بیان نہیں کیا جاسکتا"۔ میں نے جواب دیا۔ "فی الحال میں آپ کو صرف اتنا بتا سکتا ہوں کہ فرنگیوں کی دنیا اب

میرا آدھا دماغ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی آدھا دماغ اندھیرے میں کوئی غیر مرئی قوتوں کو محسوس کر رہا ہے، ان کی آوازاتنی مدھم ہے کہ کان سے بمشکل سنائی دیتی ہے، ہوا میں نحاصت کی بو ہے، مجھے کچھ پچھتاوا ہوتا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت سانپ کو مار ڈالا تھا۔

دجال (دھوکے اور جھوٹی نمود و نمائش) کی دنیا بن چکی ہے۔ کیا آپ نے کبھی یہ پیشگوئی سنی کہ آخری زمانے میں دنیا کے زیادہ تر لوگ دجال کی پیروی کریں گے اور اسے خدا سمجھیں گے"۔

بدو نے میری طرف سوالیہ انداز میں دیکھا۔

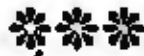
میں نے شیخ بلیہد سے اجازت لینے کے انداز سے دیکھا اور دجال کے حلیے کے بارے میں پیشگوئی سنانا شروع کر دی کہ وہ ایک آنکھ سے اندھا ہوگا مگر خدا سے منسوب شدہ پر اسرار طاقتوں کا مالک ہوگا۔ وہ اپنے کانوں سے زمین کے دور دراز حصوں میں ہونے والی گفتگو سنے گا اور لامحدود فاصلے پر ہونے والے واقعات اپنی ایک آنکھ سے دیکھے گا۔ وہ دنوں میں زمین کے گرد اڑے گا۔ وہ زمین کے نیچے سے سونے اور چاندی کے خزانے اچانک نکال دے گا۔ وہ اپنے حکم سے بارش برسائے گا۔ فصلوں کو اگا دے گا۔ لوگوں کو مارے گا اور زندہ کر دے گا۔ وہ تمام لوگ جو ایمان میں کمزور ہوں گے اسے خدا مانیں گے اور ادب سے اسے سجدہ کریں گے۔ مگر وہ تمام لوگ جو ایمان میں مضبوط ہوں گے وہ اس کے ماتھے پر یہ الفاظ لکھے ہوئے دیکھیں گے "خدا کا منکر" اور وہ جانتے ہوں گے یہ دجال ایک دھوکہ ہے جو انسان کے ایمان کے لیے بہت بڑا امتحان ہے۔

یہ سن کر میرا بدوی دوست حیرانگی سے مجھے دیکھ رہا تھا اور بڑبڑا رہا تھا کہ "میں اللہ کی پناہ مانگتا ہوں"....

1957ء میں جوہر آباد پنجاب میں اپنی بیوی پولا حمیدہ کے ہمراہ.... جبکہ دوسری تصویر میں شام کے سفیر "عمر بہاء الدین الامیری" کے ہمراہ ساحل کراچی کی سیر کر رہے ہیں۔

لیکن آپ ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ بجائے کہ لوگ اس طرح سوچیں کہ سائنسی پیش قدمی اور ترقی خدا کی عطا کردہ ہے، زیادہ سے زیادہ لوگوں نے اپنی بیوقوفی (نا سمجھی یا بے حسی) سے اسے ہی آخری کارساز یعنی خدا بنایا ہے اور پیروی کے لائق سمجھ لیا ہے"۔

"ہاں" میں نے دل میں سوچا۔ مغربی انسان نے مکمل طور پر اپنے آپ کو دجال کی پیروی میں دے دیا ہے۔ اس نے بہت عرصہ پہلے اپنی تمام سادگی اور قدرت کے ساتھ اپنے باطنی تعلق کو فراموش کر دیا ہے۔ زندگی اس کے لیے معمہ بن گئی ہے...."

❋❋❋

کافی دیر خاموشی رہی۔ تب شیخ دوبارہ بولتے ہیں۔ "میرے بیٹے! کیا دجال کے مطلب کی تفہیم ہو جانے پر ہی آپ نے اسلام قبول کیا....؟"

"میرے خیال سے یہ بات درست بھی ہے یہ محض آخری مرحلہ تھا"

"آخری مرحلہ.... لیکن پہلی بار کب اور کیسے آپ کو خیال آیا کہ اسلام ہی آپ کی منزل ہے؟...."

"کب....؟ ذرا سوچنے دیں.... میرا خیال ہے کہ افغانستان میں جب اس میزبان نے مجھے بتایا کہ

"آپ مسلمان ہیں، لیکن آپ کو اس کی خبر نہیں ہے۔ آپ دل کی گہرائیوں میں مسلمان ہو چکے ہیں" یہ میرے اسلام قبول کرنے سے آٹھ مہینے قبل کا واقعہ ہے۔ اس افغان دوست کے الفاظ آنے والے مہینوں

میں شیخ کی طرف مڑا اور بولا" او شیخ، یہ روایت جدید تکنیکی تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال کی ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھے گا یعنی مادی ترقی۔ وہ روحانی رخ کو نہیں دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنا دے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برسا دے گا۔ فصلوں کو اگا دے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دوائیاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رکھتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کرلیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہوگا وہ جان لیں گے، دجال کی پیروی کا مطلب خدا سے انکار ہے"۔ میری بات سن کر شیخ بلیبد بولے:

"میرے ساتھ ایسا کبھی نہیں ہوا کہ میں دجال کے بارے میں پیشگوئی کو اس روشنی میں دیکھوں۔

میں ہمیشہ میرے ساتھ رہے۔ اس کے بعد میں کابل سے میں غزنی اور قندھار گیا۔ پھر وطن جانے کے لیے سفر کا پہلا مرحلہ شروع کر دیا اور افغانستان کی سرحد سے سوویت روس میں داخل ہو گیا۔

سوویت روس کے بارے میں میرا پہلا اور دیرپا تاثر وہ ہے جو مرو کے ریلوے اسٹیشن پر میرے ذہن پر نقش ہوا۔ یہ ایک بہت بڑا پوسٹر تھا جس میں مزدوروں کے یونیفارم میں ملبوس ایک نوجوان ایک سفید ریش اور عبا قبا میں ملبوس شخص کو (جسے ابر آلود آسمان سے نکلتے دکھایا گیا تھا) ٹھوکریں مار رہا تھا۔ اس کے نیچے لکھا ہوا تھا۔

یہ اشتہار سوویت یونین سوشلسٹ جمہوریتوں کی بے دین اور ملحد انجمن کی طرف سے لگایا گیا تھا۔

یہ روایت جدید تکنیکی تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال کی ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھے گا یعنی مادی ترقی۔ وہ روحانی رخ کو نہیں دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنا دے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برسا دے گا۔ فصلوں کو اگا دے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دوائیاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رکھتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہوگا وہ جان لیں گے۔ دجال کی پیروی کا مطلب خدا سے انکار ہے

کئی ہفتے ایشیائی اور یورپی روس کا دورہ کرنے کے بعد میں نے پولینڈ کی سرحد کو پار کر لیا اور سیدھا فرانکفرٹ پہنچا جہاں مجھے اخبار کے اپنے سیکشن کا چارج لینا تھا۔ میں 23 سال کا ہو چکا تھا وہیں میری شادی ایلسا سے ہوئی پھر ہم برلن منتقل ہو گئے۔

یہ واقعہ ستمبر 1926 کا ہے۔ ایک مرتبہ اپنی بیوی کے ساتھ میں زمین دوز ٹرین پر سوار تھا کہ اچانک میری نظر ایک آدمی پر پڑی جو میرے سامنے والی سیٹ پر بیٹھا ہوا تھا۔ وہ کوئی دولتمند اور خوشحال تاجر معلوم ہوتا تھا۔ ایک چھوٹا سا خوبصورت بیگ اس کی گود میں رکھا تھا اور ہیرے کی ایک بڑی سی انگوٹھی اس کی انگلی میں نظر آ رہی تھی۔ وفعتہ مجھے یہ خیال آیا کہ یہ دراصل اس خوشحالی اور فارغ البالی کا عکس ہے جو ان دنوں وسط یورپ میں ہر شخص میں دیکھی جا سکتی تھی۔

اس خوشحالی سے پہلے افراط زر کے چند سال گزرے تھے، جنہوں نے اقتصادی زندگی کو بالکل درہم برہم کر دیا تھا اور بدحالی اور بری ہیئت میں رہنمائی اصول بن گیا تھا، لیکن اب لوگوں کی اکثریت اچھا کھاتی اور اچھا پہنتی ہے۔ اس لحاظ سے یہ شخص جو میرے سامنے بیٹھا ہوا تھا لوگوں سے کچھ مختلف اور نیا نہ تھا لیکن جب میں نے اس کے چہرہ پر نظر ڈالی تو مجھے ایسا محسوس ہوا کہ میں کسی مطمئن اور پر مسرت چہرہ کو نہیں دیکھ رہا ہوں، وہ مجھے بے چین اور غیر مطمئن نظر آیا، صرف بے چین ہی نہیں، بلکہ بہت زیادہ غمزدہ اور حرماں نصیب بھی، اس کی کھوئی ہوئی نظریں خلا کو گھور رہی تھیں اور اس کے ہونٹ کے دونوں کنارے کسی تکلیف سے بھینچے

1948ء لاہور میں پاکستان کے "اسلامی نشاۃ ثانیہ" ڈپارٹمنٹ کے اولین اراکین، جس کے ڈائریکٹر "محمد اسد" درمیان میں بیٹھے ہیں۔

ہوئے تھے، ایک غیر جسمانی تکلیف !.... میں نے اپنا منہ اس کی طرف سے پھیر لیا۔ ان کے پہلو میں ایک مہذب خاتون بھی بیٹھی ہوئی تھیں، ان کے چہرہ پر بھی بے چینی اور بے اطمینانی کے آثار تھے جیسے وہ کسی ایسی چیز کے متعلق سوچ رہی ہوں جس کے سوچنے سے انہیں تکلیف ہو رہی ہو، ایک پھیکی مسکراہٹ ان کے ہونٹوں پر پھیلی ہوئی تھی جس کے متعلق میرا خیال یہ ہے کہ اس کا تعلق عادت سے تھا۔ پھر میں نے کمپارٹمنٹ میں اور لوگوں کی طرف نظر دوڑائی اور ان سب کے چہروں کو نگاہوں سے ٹٹولنے لگا جو بلا استثناء خوش حال نظر آرہے تھے اور خوش پوشاک تھے، ہر چہرہ پر میں نے ایک پوشیدہ الم کی جھلک دیکھی، اتنی پوشیدہ کہ خود ان سب کو بھی اس کا احساس نہ ہوگا۔

یہ ایک عجیب بات تھی، ایک جگہ پر اتنے بہت سے غمزدہ چہروں کو دیکھنے کا اتفاق مجھے اس سے پہلے کبھی نہیں ہوا تھا، یا یوں کہیے کہ اس سے پہلے میں نے اس کی کوشش نہیں کی تھی، اس بات نے مجھ پر اتنا اثر کیا کہ میں نے اس کا ذکر اپنی بیوی سے کیا۔ وہ بھی ایک ماہر فنکار اور آرٹسٹ کی طرح تمام لوگوں کے چہروں کو دیکھنے لگی، پھر حیرت کے ساتھ میری طرف رخ کر کے کہنے لگی۔

آپ بالکل صحیح کہتے ہیں، ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے وہ سب جہنم کی تکلیفیں برداشت کر رہے ہوں۔ میں یہ سوچتی ہوں کہ ان پر جو گزر رہی ہے ان کو اس کی خبر بھی ہے یا نہیں....!

میں جانتا تھا کہ ان کو اس کی خبر نہیں ہے۔ اگر خبر ہوتی تو وہ اس طرح اپنی زندگی اور طاقت و صلاحیت کو ضائع نہ کرتے۔ ان حقائق پر ایمان کے بغیر جو زندگی کے منتشر اجزاء میں ربط پیدا کرتے ہیں، معیار زندگی بلند کرنے اور زیادہ سے زیادہ مادی اسباب و وسائل فراہم کرنے اور زیادہ سے زیادہ طاقت حاصل کرنے کے علاوہ کسی اور مقصد کے بغیر....!

جب میں گھر واپس آیا تو اتفاقاً میری نظر میز پر پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے مطالعہ میں رہتا تھا۔ میں اسے بند کر کے کسی دوسری جگہ رکھنا ہی چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:

أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ ۝ حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ ۝ ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ ۝ كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ ۝ لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ ۝ ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ ۝ ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ ۝

ترجمہ: (لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان جا پہنچے۔ دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو! اگر تم جانتے

جب میں گھر واپس آیا تو اتفاقاً میری نظر میز پر پڑی۔ اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے مطالعہ میں رہتا تھا، میں اسکو بند کر کے کسی دوسری جگہ رکھنا ہی چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:

(لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان جا پہنچے۔ دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو! اگر تم جانتے (یعنی) یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے) ۔ تم ضرور دوزخ کو دیکھو گے ۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورۂ تکاثر)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے اپنی بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا؟

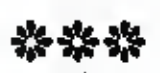
(یعنی) یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے) ۔ تم ضرور دوزخ کو دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین الیقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورۂ تکاثر)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے اپنی بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا...؟

ہاں وہ ایسا قطعی جواب تھا کہ سارے شکوک و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازل کی ہوئی ہے۔ وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس پیچیدہ اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور دور میں سامنے نہ آئی تھی۔

تکاثر یعنی مال و دولت کی حرص و ہوس اور مسابقت تاریخ کے ہر دور میں پائی جاتی رہی، لیکن اتنی بھی نہیں کہ وہ محض اشیا کو جمع کرنے کا شوق بن جائے یا ایک ایسا کھلونا اور بہلاوا بن جائے جو کسی اور حقیقت کی طرف دیکھنے ہی نہ دیتا ہو۔ دولت اور اقتدار کا حصول، عمل ایجاد و اختراع کا سلسلہ جس کا کوئی علاج نہیں۔ کل سے آج اور آج سے زیادہ کل۔ یہ ایک بھوت ہے جو لوگوں کے سروں پر سوار ان کو چمکیلے مقاصد کی طرف کوڑے مار مار کر بھگا رہا ہے۔ یہ مقاصد دور سے بہت شاندار معلوم ہوتے ہیں لیکن ہاتھ میں آنے کے بعد حباب کی مانند غائب ہو جاتے ہیں، یہاں تک کہ وہ وقت آجاتا ہے جس کے متعلق قرآن کریم کہتا ہے: کلا لو تعلمون علم الیقین لترون الجحیم

اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرۃ العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا۔ اس لیے کہ وہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور دانا سہی، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتے تھے جو بیسویں صدی کی خصوصیت ہے۔ مجھے قرآن کے اندر اونچی اور گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔

❋❋❋

بازار میں جاتے ہوئے ایک پرانے شناسا الزغبی

سے ملاقات ہوتی ہے۔ بڑی گرم جوشی سے لپٹ جاتا ہے۔ "تم کب آئے ہو، اور کہاں سے آ رہے ہو....؟"

"میں حائل اور نفود سے آ رہا ہوں۔"

"کیا اب گھر پر کچھ عرصہ نہیں رہو گے....؟"

"نہیں، میں پرسوں مکہ جا رہا ہوں۔"

"مکہ....؟ حج کا زمانہ تو گزر چکا ہے۔"

"حج تو میں پانچ مرتبہ کر چکا ہوں، میں آخری مرتبہ مکہ کو دیکھنا چاہتا ہوں۔ میرا دل کہتا ہے، میں اب عرب میں نہیں رہوں گا۔" پھر میں ہنس پڑتا ہوں۔ "سچ پوچھو، تو میں خود بھی نہیں جانتا کہ میں مکہ کیوں جا رہا ہوں۔"

منزل آ گئی

ہم رات کو مدینۃ النبی سے نکلتے ہیں اور مکہ کی طرف روانہ ہو جاتے ہیں.... دن پر دن گزرتے چلے جاتے ہیں۔ سانڈنیوں کا ایک ایک قدم ہمیں اپنی منزل سے قریب لا رہا ہے۔ آخر مکہ کے پہاڑ نظر آنے لگتے ہیں۔ میں اپنے ماضی میں کھو جاتا ہوں۔ اسلام کی حقانیت کی تلاش میں جو روحانی سفر میں نے شروع کیا تھا، کامیابی کے ساتھ ختم ہو رہا تھا۔ مجھے یقین ہو گیا تھا کہ قرآن کریم اللہ کی کتاب ہے اور اسلام ہی وہ دین ہے جس کے سائے میں دکھی انسانیت کو اپنے زخموں کا مداوا مل سکتا ہے، چنانچہ میں برلن میں اپنے ایک مسلمان دوست کے پاس گیا جو اس زمانے میں برلن کے مسلمانوں کی انجمن کے صدر تھے میں نے ان کے سامنے اسلام قبول کرنے کی خواہش ظاہر کی۔ انہوں نے اپنا داہنا ہاتھ میری طرف بڑھایا۔ میں نے اپنا داہنا ہاتھ ان کے ہاتھ پر رکھ دیا اور دو گواہوں کی موجودگی میں میں نے کہا۔

اشهد ان لا اله الا الله

واشهد ان محمد الرسول الله

میرے دوست نے کہا "آپ کا نام لیوپولڈ ہے۔ لیو کے معنی یونانی زبان میں شیر کے ہوتے ہیں، اس لیے ہم آج سے آپ کو محمد اسد کہیں گے۔"

چند ہفتے بعد میری بیوی نے بھی اسلام قبول کر لیا۔ اب ہمارے لیے یورپ میں رہنا بہت مشکل تھا چنانچہ میں نے اور میری بیوی نے ہمیشہ کے لیے یورپ کو خیرباد کہہ دیا۔

❀❀❀

یہ تھی لیوپولڈ کی محمد اسد بننے کی داستان، ٹرین کے سفر کے دوران پیش آنے والے ایک معمولی سے واقعے نے انہیں اسلام کے متعلق سوچنے پر مجبور کر دیا۔ یہ واقعہ 1922ء میں پیش آیا تھا جب ان کی عمر محض 22 سال تھی۔ 1926ء میں 26 سال کی عمر میں انھوں نے اسلام قبول کر لیا۔ ٹرین کے اس سفر میں شریک عرب مسافر کو، جو محمد اسد کے قبول اسلام میں ایک اہم ذریعہ بنا، شاید کبھی علم بھی نہ ہوا ہو کہ اس کے اخلاق اور اخلاص کے نتیجے میں اسلام و مسلمانوں کی خدمت کا کتنا بڑا کام ہوا ہے۔

لیوپولڈ نے جب اسلام کا مطالعہ شروع کیا تو محض 4 سال بعد اس غیر مسلم نوجوان نے اسلام قبول کر لیا۔ آج کی دنیا اس نوجوان مسافر کو نامور مصنف اور ممتاز عالم "علامہ محمد اسد" کے نام سے جانتی ہے۔

ان کے ساتھ اہلیہ ایلسا نے بھی

محمد اسد کی یاد میں پاکستان پوسٹ آفس سے جاری کردہ یادگاری ڈاک ٹکٹ

اسلام قبول کرلیا۔ محمد اسد نے اخبار کی نوکری چھوڑ کر حج بیت اللہ کا قصد کیا۔ مکہ و مدینہ میں محمد اسد نے عربی، قرآن، حدیث اور اسلامی تاریخ کی تعلیم حاصل کی۔

تقریباً 6 برس تک مدینہ منورہ اور سعودی عرب کے دیگر شہروں میں قیام کیا جہاں انہیں سلطان سعود کا تقرب حاصل ہوا۔ پھر وہ برصغیر آگئے جہاں ان کا قیام امرتسر، لاہور، سری نگر، دہلی اور حیدر آباد دکن میں رہا۔ انہیں علامہ اقبال کی صحبتوں سے استفادے کا موقع ملا۔ علامہ اقبال سے انہوں نے مجوزہ مملکت پاکستان کے قوانین کے متعلق طویل نشستیں کیں۔ اقبال کے زیر اثر ہی انہوں نے اپنی مشہور کتاب "اسلام دوراہے پر" لکھی پھر عرفات کے نام سے انگریزی رسالہ نکالا جس کے دس پرچے شائع ہوئے۔

انہوں نے صحیح بخاری کا انگریزی ترجمہ شروع کیا۔ پانچ حصے شائع ہو چکے تھے کہ جرمن شہری ہونے کی وجہ سے دوسری جنگ عظیم کے آغاز میں انہیں گرفتار کر لیا گیا۔ جنگ ختم ہوئی تو رہائی ملی۔ بعد ازاں انہوں نے کچھ وقت سید ابوالاعلیٰ مودودی کے دارالاسلام میں گزارا۔ پاکستان بنا تو 1947 میں انہیں پاکستانی شہریت دی گئی۔ انہوں نے پاکستان کے پہلے آئین کی تشکیل میں خاص معاونت کی تھی۔

حکومت پاکستان نے انہیں آئین اور قانون کی تدوین کے لیے قائم ہونے والے ڈپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن میں ڈائریکٹر کا عہدہ دیا۔

ستمبر 1947ء میں انہوں نے ریڈیو پاکستان سے Calling All Muslim کے نام سے تقاریر کیں جو پاکستان کے آئین اور اسلام کے معاشی اور سیاسی نظام سے متعلق تھیں۔

جنوری 1948ء میں لیاقت علی خان نے انہیں وزارت خارجہ میں مشرق وسطیٰ کے امور کا انچارج مقرر کر دیا۔

سب سے پہلا پاکستانی پاسپورٹ جس پر "پاکستانی شہری" لکھا گیا، علامہ اسد کو جاری کیا گیا تھا۔

1950ء میں پطرس بخاری اقوام متحدہ میں سفیر مقرر ہوئے تو محمد اسد ان کے نائب کے طور پر تعینات کیے گئے۔ نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی وہ کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ "دی روڈ ٹو مکہ" (شاہراہ مکہ) میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کی کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہو رہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے اور ہو رہے ہیں۔

محمد اسد کوئی سرگرم کارکن نہ تھے لیکن فکری

سارے شکوک و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازل کی ہوئی ہے، وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس پیچیدہ اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور دور میں سامنے نہ آئی تھی۔ اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرۃ العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا، اس لیے کہ یہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور دانا سہی، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتا تھا جو بیسویں صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر محمد ﷺ سے زیادہ اونچی اور گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔

اعتبار سے ان کا کارنامہ بڑا واضح ہے اور اس میں چار چیزیں نمایاں ہیں۔

پہلی چیز مغربی تہذیب اور یہود و عیسائی روایت کے بارے میں ان کا واضح اور مبنی بر حق تبصرہ و تجزیہ ہے۔ انہوں نے مغرب کی قابل قدر چیزوں کے کھلے دل سے اعتراف کے ساتھ مغربی اور عیسائی تہذیبی روایت کی جو بنیادی خامی اور کمزوری ہے اس کا نہایت واضح ادراک اور دوٹوک اظہار کیا۔

وہ کسی تہذیبی تصادم کے قائل نہ تھے مگر تہذیبوں کے اساسی فرق کے بارے میں انہوں نے کبھی سمجھوتہ نہیں کیا۔ وہ اسلام کے ایک مکمل دین ہونے اور اس دین کی بنیاد پر اس کی تہذیب کے منفرد اظہار کو یقینی بنانے اور دور حاضر میں اسلام کی بنیاد پر صرف انفرادی کردار ہی نہیں بلکہ وہ اجتماعی نظام کی تشکیل نو کے داعی تھے۔ علامہ اسد اپنے اس موقف کو دلیل اور یقین کے ساتھ پیش کرتے تھے۔

اسلام کا جامع تصور ان کے فکر اور کارنامے کا دوسرا نمایاں پہلو تھا۔

ان کا تیسرا کارنامہ یہ ہے کہ انہوں نے امت مسلمہ کے زوال کے اسباب کا گہری نظر سے مطالعہ کیا۔ اس سلسلے میں بنیادی کمزوریوں کی نشاندہی کی۔ ان میں تصور دین کے غبار آلود ہوجانے کے ساتھ سیرت و کردار کے فقدان، دین و دنیا کی عملی تقسیم، اجتہاد سے غفلت اور رسوم رواج کی محکومی اور سب سے بڑھ کر قرآن و سنت سے بلاواسطہ تعلق اور استفادے کی جگہ ثانوی ماٰخذ پر ضرورت سے زیادہ انحصار بلکہ ان کی اندھی تقلید بھی شامل ہے۔

فقہی مسالک سے وابستگی کے بارے میں ان کی پوزیشن ظاہری مکتب فکر سے قریب تھی۔ ان کی دعوت کا خلاصہ قرآن و سنت سے رجوع اور ان کی بنیاد پر مستقبل کی تعمیر و تشکیل تھی۔

محمد اسد کے کام کی اہمیت کا چوتھا پہلو دور جدید میں اسلام کے اطلاق اور نفاذ کے سلسلے میں ان کی حکمت عملی اور اس سلسلے میں تحریک پاکستان سے ان کی وابستگی اور پاکستان کے بارے میں ان کا وژن اور عملی کوششیں ہیں یہ امور قومی تعمیر نو کے ادارے کے سربراہ کی حیثیت سے ان کی نگارشات، ان کی تقاریر اور ان کی کتابوں کی صورت میں موجود ہیں۔

روڈ ٹو مکہ Road to Makkah علمی، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔ اس کتاب کا اردو ترجمہ طوفان سے ساحل تک اور شاہراہ مکہ کے نام سے ہوچکا ہے۔

محمد اسد کی معروف کتب میں Islam at the Crossroads (اسلام دوراہے پر) اور The Principles of State and Government in Islam (اسلامی مملکت و حکومت کے بنیادی اصول) اردو زبان میں ترجمہ ہوچکی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے ایک کتاب This Law of Ours بھی تحریر کی۔

اپنی ادبی اور مذہبی زندگی کی مصروفیات کی وجہ سے انہوں نے سفیر کا عہدہ چھوڑ دیا اور مراکش چلے گئے جہاں انہوں نے خود کو تصنیف و تالیف کے لئے وقف کردیا۔

قرآن محمد اسد کی فکر کا محور رہا۔ حدیث و سنت کو وہ اسلامی نشاۃ ثانیہ کی اساس سمجھتے تھے۔

17 سال کی کاوشوں کے بعد 80 برس کی عمر میں انہوں نے اپنی زندگی کے سب سے بڑے خواب لیے

اصل علمی کارنامہ "قرآن پاک کی انگریزی ترجمہ و تفسیر" کو تکمیل تک پہنچایا۔ آپ صحیح بخاری کے مختلف حصوں کو انگریزی زبان میں بھی منتقل کر رہے تھے کہ مگر عمر نے وفا نہ کی۔

قبولِ اسلام کے بعد محمد اسد نے تاحیات اسلامی دنیا کو ہی اپنا مسکن بنایا، انہوں نے مغرب سے دین کا ناتا ہی نہیں توڑا بلکہ جغرافیائی سفر کرکے وہ پھر اس دنیا کا حصہ ہی بن گیا جس نے اسے مقناطیس کی طرح اپنی طرف کھینچا تھا۔ محمد اسد نے اپنی اسلامی زندگی کے 66 سال عرب دنیا، ہندوستان، پاکستان اور تیونس میں گذارے اور آخری ایام میں اُن کا قیام اسپین کے اس علاقے میں رہا جو اندلس اور عرب دنیا کا روحانی و ثقافتی حصہ تھا۔

اس دوران 1982ء میں صدر ضیاء الحق نے انہیں اسلامی قوانین کے متعلق مشاورت کے ضمن میں پاکستان بھی بلایا۔

علامہ محمد اسد کے حالاتِ زندگی پر تصانیف میں اہم ترین ممتاز محقق جناب اکرام چغتائی کی کتاب محمد اسد بندۂ صحرائی (اردو)' محمد اسد ایک یورپین بدوی (اردو)' محمد اسد...اسلام کی خدمت میں یورپ کا تحفہ (دو جلدوں میں بزبان انگریزی) ۔- HOME COMING OF THE HEART محمد اسدؒ کی خودنوشت کا دوسرا حصہ ہے۔(پہلا حصہ "دی روڈ ٹو مکہ" ہے) اس دوسرے حصے کو اکرام چغتائی نے مرتب کیا ہے اور اس پر حواشی بھی لکھے ہیں۔ اس کتاب کا آخری حصہ محمد اسدؒ کی وفات کے بعد ان کی بیگم پولا حمیدہ اسد نے تحریر کیا ہے۔

20 فروری 1992ء کو یہ ممتاز نو مسلم مفکر، مصنف، مبلغ، مترجم اور صحافی علامہ محمد اسد اسپین کے شہر ماربیا میں خالق حقیقی سے جا ملے۔ آخری وقت تک وہ مسلسل اسلام اور مسلمانوں کی خدمت میں مصروف رہے۔

علامہ محمد اسد غرناطہ (اسپین) کے مسلم قبرستان میں آسودۂ خاک ہیں۔

❖

علمی تعاون کیجیے...

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے روحانی مشن کی ترویج و اشاعت میں سرگرم عمل ہے، اس مشن میں ہمارے معزز

قارئین کرام بھی شامل ہوسکتے ہیں۔ آپ کے پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی بھی موضوع، عنوان پر اُردو یا انگریزی زبان میں نئی اور پرانی کتابیں ارسال کی جاسکتی ہیں۔ آپ کے اس تعاون کو ہم شکریہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلمی جہاد کی حیثیت رکھتا ہے جس کا اجرِ عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

D.1/7-1 ناظم آباد۔ کراچی 74600

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

دنیا کے مختلف ممالک کے متعدد شہروں میں عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات رونما ہو رہے ہیں۔ کبھی کسی کا کمرا تو کبھی پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلتے پھرتے انسانوں کو پراسرار گڑھے منٹوں سیکنڈوں میں نگل رہے ہیں....

وہ رات انتہائی تاریک تھی۔ فلوریڈا کے مغربی ٹیمپا پر سناٹا طاری تھا۔ خلیج میکسیکو سے آنے والے پانیوں پر گہرا اندھیرا تیر تا تھا اور ماحول غنودگی کی گرفت میں تھا۔ شہر کے دیگر مکانات کے مانند جیفری کا مکان بھی اندھیرے میں ڈوبا ہوا تھا۔ جیفری نیند کی وادی میں اتر چکا تھا۔ کمرے میں لیمپ کی زرد روشنی لرز رہی تھی۔ سامنے ٹی وی رکھا تھا، جس کے پہلو میں نصب شیلف میں کتابیں بے ترتیبی سے ٹھنسی ہوئی تھیں۔ اس کے اہل خانہ اپنے اپنے کمروں میں سوئے ہوئے تھے۔ ایسے میں مکان میں چھائی خاموشی میں کچھ ہلچل ہوئی۔ اس سے قبل کہ جیفری بستر سے باہر آتا، اچانک زمین لرزنے لگی۔ یوں معلوم ہوتا تھا، جیسے زلزلہ آگیا ہو۔ اسے ایک خوفناک احساس نے آن گھیرا۔ زمین لرز نہیں رہی تھی.... وہ دھنس رہی تھی.... بے حد تیزی سے۔ اسے سالم نگل رہی تھی۔

"جیرمی...." وہ چلایا۔ "میری مدد کرو!"

جیری آواز سنتے ہی فوراً ساتھ والے کمرے کی جانب دوڑا جہاں داخل ہوتے ہی وہ بھونچکا رہ گیا۔ اس کا بھائی جیف اپنے بستر سمیت تیزی سے زمین میں دھنس رہا تھا۔ یوں معلوم ہوتا جیسے زمین نے اچانک دلدل کی شکل اختیار کرلی ہو۔

دنیا کے سب سے بڑے پراسرار گڑھے

"مجھے بچاؤ۔" جیفری کا چہرہ خوف سے سفید ہو چکا تھا۔ جیری آگے بڑھا ہی تھا کہ زمین کے دھنسنے کی رفتار میں یکدم اضافہ ہو گیا اور پلک جھپکتے ہی پورا بستر زمین میں غائب ہو گیا۔ اب وہاں ایک خوفناک گڑھا تھا۔

"مدد کرو....." گہرائیوں سے جیری کو صرف پکار سنائی دی۔ اس نے ٹارچ سے اندر روشنی پھینکی، جو کچھ دور جا کر تاریکی میں گم ہو گئی۔

"جیف!....." وہ پوری قوت سے چلایا، مگر کوئی جواب نہیں آیا۔ اسی اثنا میں سائرن کی تیز آواز ماحول میں گونجی۔ پڑوسی نے شور سن کر ہنگامی امداد کے مرکز پر فون کر دیا تھا۔ مکان کے باہر گاڑیاں آکر رکیں۔ دوڑتے ہوئے قدموں کی آواز سنائی دی۔ مگر جیری پر دہشت طاری تھی۔ اچانک کسی نے اسے بازو سے پکڑ کر کھینچا۔

"رک جائیے۔" اور تب اس کی نظر ریسکیو اہلکاروں پر پڑی جو اسے کھینچ رہے تھے۔ "فوراً باہر آجائیں، زمین خطرناک ہو رہی ہے۔" یہ جملہ اسے حواس میں لے آیا۔ اس وحشت ناک احساس نے اسے آلیا کہ وہ بھی اسی زمین میں دھنس سکتا ہے۔ جیری باہر آگیا۔ اب ریسکیو اہلکار اس پراسرار گڑھے کی سمت بڑھ رہے تھے جو ایک انسان کو نگل چکا تھا۔ پوری رات کوششیں جاری رہیں لیکن جیفری کا کچھ پتہ نہ چل سکا۔

یہ یکم مارچ 2013ء کی رات تھی، جب خلیج میکسیکو کی امریکی ریاست فلوریڈا کے ساحلی شہر Tampa کے نزدیک 37 سالہ شخص جیفری بش Jeff Bush کو رات گیارہ بجے اچانک پورے کمرے سمیت زمین نے نگل لیا۔ یہ گڑھا 20 فیٹ چوڑا تھا۔ تیس فیٹ گہرائی میں جانے کے باوجود ریسکیو اہلکار کو زندگی کے کوئی آثار نہیں ملے۔

❦

یوں تو دنیا میں کئی طرح کے گڑھے اور کھائیاں پائی جاتی ہیں جو قدرتی طور پر وجود میں آتی ہیں لیکن کسی سطح زمین پر جہاں برسوں سے کوئی شہر، سڑک یا مکان آباد ہو اور وہاں کوئی زلزلہ یا قدرتی آفت آئے بغیر اچانک ایک پراسرار گڑھا نمودار ہو جائے، یہ ایک انوکھی بات ہے۔ اس طرح گڑھے کا وجود میں آنا اور اپنی سطح پر موجود چیزوں کو نگل لینا، لوگوں کے لیے واقعی حیرت اور تعجب کا باعث ہوگا۔ پراسرار گڑھوں کا یوں اچانک نمودار ہونا، زمین کا یکدم دھنس جانا یہ کوئی پہلا انوکھا اور سنسنی خیز واقعہ نہیں تھا، امریکہ کی ساحلی ریاست فلوریڈا میں یہ واقعات معمول کا حصہ بن چکے ہیں۔

دنیا بھر میں اس قسم کے گڑھے نمودار ہوتے رہتے ہیں، صرف فلوریڈا ہی میں نہیں، امریکی ریاست نیو جرسی، نیو میکسیکو، لوسیانا، میکسیکو کے ساتھ ساتھ

آبادی گھرانوں کو محفوظ مقام پر منتقل کر دیا ہے۔ چار سال قبل 2010ء میں فلوریڈا ہی میں ایک گڑھا نمودار ہوا تھا جس نے ایک گاڑی کو نگل لیا تھا۔

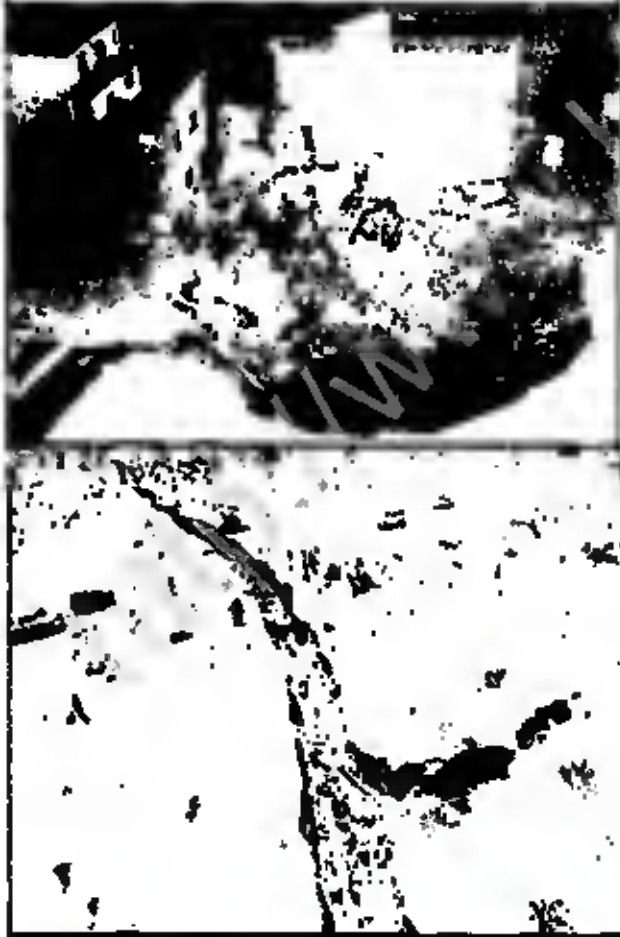
فلوریڈا کی ساحلی پٹی میں اس طرح کے واقعات عام ہیں۔ اس کا اندازہ آپ اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ سال 2006ء سے 2010ء تک صرف فلوریڈا میں ان گڑھوں کی وجہ سے 24671 انشورنس کلیم کیے گئے۔

فلوریڈا کے بعد جس شہر میں ان پراسرار گڑھوں کے سب سے زیادہ واقعات رونما ہو رہے ہیں وہ روس کا

فلوریڈا، برازیل، چین اور سمارا (روس) میں سیکڑوں گاڑیاں زندہ در گور ہو گئی ہیں۔

چین اور سلیسیا میں نمودار ہونے والے گڑھے

برازیل، روس، چین، گوئٹے مالا، وینزویلا، روم، یونان، ساؤتھ افریقہ، زیمبیا، مصر، عمان اور ترکی میں بھی اس طرح کے کئی گڑھے اچانک نمودار ہو چکے ہیں۔

دنیا کے بعض ممالک میں تو ہر سال اسی طرح کا کوئی نہ کوئی گڑھا نمودار ہوتا ہے اور اچانک کبھی کسی کا گھر، تو کبھی کسی کا پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی غائب ہو رہی ہے تو کبھی چلتے پھرتے انسانوں کو چند سیکنڈوں میں زمین نگل لیتا ہے۔ مگر گزشتہ چند برسوں میں ان واقعات میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے۔

ایسا کیوں ہو رہا ہے... یہ جاننے سے پہلے ہم دنیا بھر میں رونما ہونے والے ان عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات میں سے چند واقعات کی جھلک دیکھتے ہیں۔

11 نومبر 2014ء امریکی ریاست فلوریڈا کے ہائی لینڈ علاقے میں سڑک میں پیدا ہونے والا گڑھا، ایک کار کو نگل گیا۔ فلوریڈا کے فائر ڈپارٹمنٹ کے مطابق بننے والا گڑھا، 10 فٹ چوڑا اور 10 فٹ گہرا ہے، جس میں ایک کار گر گئی جس کے بعد ریسکیو اہلکاروں نے قریبی

گوئٹے مالا کے پراسرار گڑھے

شہر سمارا ہے۔ روسی دارالحکومت ماسکو سے جنوب مشرق میں واقع سمارا شہر کے باشندے اور ڈرائیور ایک عجیب قسم کے خوف میں مبتلا ہیں کہ کہیں وہ گاڑی چلاتے ہوئے اچانک گاڑی سمیت زندہ در گور نہ ہو جائیں۔ کیوں اس شہر کی سڑکیں گاڑیوں کو نگلنے لگی ہیں۔ اس خوف کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ متاثرہ علاقوں میں انتظامیہ نے گاڑی چلانے پر پابندی عائد کر دی ہے۔ کیونکہ کسی بھی وقت کوئی بھی گاڑی چلتے چلتے اچانک سڑک پر بننے والے بڑے گڑھے میں گر کر غائب ہو جاتی ہے۔ اس شہر میں صرف ایک ماہ کے دوران سڑکوں کے اچانک دھنسنے کے دو سو سے زائد واقعات رونما ہوئے ہیں۔ بعض گڑھے اس قدر بڑے اور گہرے ہیں کہ ان میں بڑے سائز کے ٹرک گر چکے ہیں اور انہیں نکالا نہیں جاسکا ہے کیونکہ وہ پچاس فٹ سے سو فٹ گہرائی میں پہنچ چکے ہوتے ہیں۔

تیسرے نمبر پر سب سے زیادہ واقعات چین میں ظاہر ہو رہے ہیں۔ چین میں ایک گاؤں کی زمین اس کے باسیوں کے سامنے ہی غائب ہو رہی ہے لیکن یہ کوئی قدرتی آفت کا نتیجہ نہیں ہے۔ بتایا گیا کہ ہنونان صوبے کے ایک گاؤں میں پچھلے 5 ماہ کے دوران بڑے بڑے 20 گڑھے اچانک نمودار ہو گئے جنہوں نے گاؤں کی اچھی خاصی زمین نگل لی ہے، یہ گڑھے تیزی سے پھیل رہے ہیں اور وقت کے ساتھ مختلف مقامات پر نمودار ہو رہے ہیں۔ ان گڑھوں کی وجہ سے کئی گھر زمیں بوس ہو چکے ہیں اور دریا خشک ہو گئے ہیں جسکی وجہ سے گاؤں کے باسی علاقے سے نقل مکانی پر مجبور ہو گئے ہیں۔ دو برس قبل ہی کی یہ بھی خبر ہے کہ چین میں ایک گڑھے نے پورا ٹرک نگل لیا تھا۔ چین ہی کے ایک شہر میں ان گڑھوں کی وجہ سے پانچ دکانیں زمین میں دھنس گئی تھیں۔

گزشتہ سال اگست 2014ء میں میکسکو کے ایک گاؤں میں ایک شاہراہ پر زمین پھٹنے سے بہت بڑا گڑھا پڑ گیا ہے، گڑھا 26 فٹ گہرا اور 16 فٹ چوڑا ہے، گڑھے کی لمبائی تقریباً ایک کلومیٹر ہے۔

10 جنوری 2013ء کی خبر ہے کہ برازیل کے شہر کیمپو گرانڈے میں ایک الیکٹریشن کام سے واپس گھر کی طرف جا رہا تھا۔

ہوئی روڈ میں بنے گڑھے میں پھنس گئی۔ پانی سے بھرے گڑھے میں گاڑی پھنسنے کی دیر تھی کہ ذرا سی دیر میں پوری گاڑی آہستہ آہستہ اندر ڈوبتی چلی گئی اور یکدم غائب ہوگئی۔

یہ واقعات آج بھی جاری ہیں۔ 17 فروری 2013ء کو نیو جرسی شہر میں ایک ٹرک سڑک پر اچانک زمین میں دھنس گیا۔ ریسکیو ٹیم نے بروقت اسے نکال لیا۔

یہ تو وہ گڑھے ہیں جن کا احاطہ اتنا بڑا ہے کہ کسی انسان، کار، ٹرک یا گھر کو نگل سکتے ہیں لیکن دنیا میں ایسے بھی پراسرار گڑھے نمودار ہوئے ہیں جن کا احاطہ میلوں میں ہے۔ دنیا کا سب سے خوفناک گڑھا بیلز (برازیل) کے نزدیک سمندر کے اندر میں موجود "گریٹ بلو ہول" ہے۔ اس گڑھے کا احاطہ 984 فیٹ اور گہرائی 407 فیٹ ہے۔ دوسرے نمبر پر فلوریڈا ونٹر پارک کا گڑھا ہے جو مئی 1981ء میں اچانک نمودار ہوا تھا اور 350 فیٹ چوڑی زمین کو نگل گیا، اس کی گہرائی 75 فیٹ ہے۔

مصر میں منخفض القطارۃ Qattara Depression گڑھا سطح سمندر سے 440 فیٹ نیچے ہے، یہ 186 میل لمبے اور 95 میل چوڑے رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔

انگلینڈ کی کاؤنٹی نارتھ یارک شائر کے علاقے رپون میں مسلسل ایسے ہی گڑھے بن رہے تھے۔

پانچویں نمبر پر دنیا کے سب سے خوفناک گڑھے گوئٹے مالا شہر کے بیچوں بیچ 2007ء اور 2010ء کے درمیان میں اسی گاڑی بارشوں کے پانی سے ٹوٹی

میں نمودار ہوئے تھے۔ 23 فروری 2007 میں نمودار ہونے والا گڑھا 330 فیٹ گہرا تھا، جو کئی گھروں کو نگل گیا، جس کی وجہ سے پانچ افراد ہلاک اور درجنوں زخمی ہوئے۔ 2010ء میں نمودار ہونے والا گڑھا 65 فیٹ چوڑا اور 100 فیٹ گہرا تھا، یہ گڑھا ایک تین منزلہ فیکٹری کو نگل گیا۔ بعد میں حکومت نے ان گڑھوں کو چونے کے پتھر، سیمنٹ وغیرہ ڈال کر بند کر دیا۔

چین کے علاقے ژیاؤ زہائی تیانکنگ کے پہاڑوں میں موجود قدرتی گڑھا 2171 فیٹ گہرا ہے۔ اسے 1994ء میں دریافت کیا گیا تھا۔

وینزویلا کے انتہائی دور افتادہ پہاڑی علاقے میں بھی ہزار فیٹ گہرے ایسے گڑھے ہیں، جو انتہائی حد تک قدرتی معلوم ہوتے ہیں۔

امریکی ریاست ٹیکساس میں موجود گڑھا ڈیول سنک ہول (شیطانی گڑھا) کے نام سے مشہور ہے۔ 240 بائی 360 فیٹ بیضوی یہ گڑھا 110 فیٹ گہرا ہے۔

عمان کے علاقے بمۂ Bimmah میں بھی ایسا قدرتی گڑھا موجود ہے۔ اچانک نمودار ہونے والا 98 فیٹ گہرا یہ گڑھا اب جھیل کی مانند دکھائی دیتا ہے اور اب "ہویہ نجم" نامی پارک کا حصہ ہے۔

اب آتے ہیں اس سوال کی طرف کہ یہ پر اسرار گڑھے کیا ہیں....؟ کیوں پیدا ہوتے ہیں....؟ ان کے متعلق سائنس کیا کہتی ہے....؟

یہ گڑھے سائنسی اصطلاح میں Sinkhole (گرتہ یا آبگیرہ) کہلاتے ہیں۔ کچھ لوگ انہیں Swallow Hole بھی کہتے ہیں، کیونکہ جب یہ گڑھا نمودار ہوتا ہے تو زمین کی اوپری سطح اس طرح ڈھے جاتی ہے، جیسے کسی نے اسے نگل لیا ہو۔

سائنسدانوں کے مطابق یہ گڑھے فطری اور کبھی کبھار انسانی عوامل کے نتیجے میں جنم لیتے ہیں۔ یہ دنیا بھر میں پائے جاتے ہیں اور عام طور سے ساحلی اور نشیبی

علاقے میں ظاہر ہوتے ہیں، جہاں کی مٹی میں کیلشیم کاربونیٹ وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ دراصل سخت ترین زمین کے درمیان بھی خلا ہوتا ہے، دراڑیں ہوتی ہیں۔ مسلسل بارش یا نکاسی کے ناقص نظام کی وجہ سے زمین پانی جذب کرتی رہتی ہے اور ہوتے ہوتے یہ پانی زیرِ زمین پانی تک پہنچ جاتا ہے۔ ایسی زمین بظاہر ٹھوس لگتی ہے، مگر اس کا اندرونی حصہ اپنی سختی کھو چکا ہوتا ہے اور پھر ایک ایسا وقت آتا ہے جب زمین اندر کو دھنس جاتی ہے۔ کبھی کبھار یہ عمل سست روی سے انجام پاتا ہے، پر کبھی کبھار یہ اچانک بھی ہو سکتا ہے۔

ماضی میں جب سائنس نے ترقی نہیں کی تھی، اس قسم کے گڑھوں سے مافوق الفطرت قصے جوڑ دیے جاتے تھے۔ اسے پراسرار قوتوں کی کارستانی تصور کیا جاتا تھا، مگر آج ان کی سائنسی توجیہہ کی جا سکتی ہے۔ ساحلی علاقوں کی زمین میں نمکیات ہوتے ہیں۔ اگر وہ دھیرے دھیرے گھل جائیں تو ایک وقت ایسا آتا ہے، جب زمین دھنس جاتی ہے۔ کچھ برس قبل بحرِ مردار کے کنارے ایک ایسا ہی گڑھا ظاہر ہوا تھا۔ ماہرِ ارضیات کے مطابق اس قسم کے گڑھے عام طور سے ساحلی اور ریتیلی زمین پر نمودار ہوتے ہیں، مگر روس کا شہر سمارا تو چٹانی زمین پر ہے اور ساحلِ سمندر پر بھی نہیں۔

روسی ماہرین ارضیات گریگوری مارکوف کا کہنا ہے کہ روس میں ان واقعات کا سبب زیرِ زمین پانی کی بڑھتی ہوئی سطح ہے۔ موسمِ سرما میں یہاں شدید برف باری ہوتی ہے۔ جوں جوں موسم گرم ہوتا ہے، برف پگھل کر زمین میں جذب ہو جاتی ہے۔ سمارا میں زیرِ زمین پتھر برسوں تک پانی میں رہنے کی وجہ سے گھل گئے ہیں اور پانی نے مٹی کو بھربھرا کر دیا ہے۔ زمین کے اوپر سڑکوں پر چلنے والے ٹرکوں اور گاڑیوں کے وزن کے باعث سڑک کے نیچے موجود چونے کے پتھر اور چکنی مٹی جو بھربھری ہو چکی تھی بالکل ہی بیٹھ گئی اور زمین پر بڑے بڑے ہول بن گئے۔

بعض ماہرین ارضیات کا استدلال ہے کہ ان عجیب و غریب گڑھوں کا اصل سبب شہر کے اطراف میں پائی جانے والی سرگرمیاں ہیں۔ شہر کے اطراف کی جانے والی مائننگ کی وجہ سے زیرِ زمین پانی کا نظام بری طرح متاثر ہوا ہے، جس کے باعث زمین کے اندر پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور ارضیاتی تبدیلیاں وقوع پذیر ہوتی ہیں اور یہ زمین پر پڑنے والے گڑھوں کا سبب بن رہا ہے۔

سائنسی توجیہات کے برعکس عام افراد ان واقعات کو عقائد اور توہمات کی کسوٹی پر پرکھ رہے ہیں۔ اکثریت کی رائے ہے کہ زمین کا یوں دھنس جانا قیامت کی نشانیوں میں سے ایک نشانی ہے۔ بیشتر مذاہب میں دنیا کے خاتمے کے قریب زمین کے دھنس جانے کا تذکرہ ملتا ہے۔ روس کے قدامت پسند حلقے ان واقعات کو خدا کا عذاب قرار دیتے ہیں اور عوام کو مذہب کی جانب لوٹنے اور اپنے گناہوں کی معافی مانگنے کی تلقین کر رہے ہیں۔

وجہ انسانی ہو یا فطری، یہ بات لمحۂ فکریہ ہے، دنیا بھر میں معدنی ذخائر کے حصول کے لیے کھدائی کا عمل جاری ہے۔ کہیں ہیرے اور دیگر بیش قیمت پتھر تلاش کیے جا رہے ہیں، کہیں نمک، کہیں کوئلہ، کہیں پیٹرول نکالنے کے لیے زمین کھودی جا رہی ہے، کہیں گیس کے حصول کے لیے یہ عمل انجام دیا جا رہا ہے۔ تواتر سے انجام دیے جانے والے اس عمل کی وجہ سے مستقبل میں ان گڑھوں کے نمودار ہونے کے خدشات بڑھ سکتے ہیں۔

❋

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے اج تک پردہ نہ اٹھا سکی.....

زندگی منطق کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں....
پراسراریت میں انسان کی دلچسپی ازلی ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ پراسرار مافوق الفطرت باتوں کی کوئی منطق نہیں ہوتی اور نہ سائنس کے مروجہ اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق محبت اور سچے خوابوں کی بھی تو کوئی عقلی توجیہہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودات میں انہیں سمیٹا نہیں جاسکتا۔ یہ سب غیر عقلی باتیں بھی لوازمات حیات ہیں۔

یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے اردگرد اب بھی بہت سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کرۂ ارض پر [illegible] رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث [illegible] جن کے متعلق سائنس [illegible] سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نوسٹرڈیمس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ پیش گوئیوں پر اس کی کتاب لیس پروفیٹیز Les Prophetics چار سو سال میں سب سے زیادہ بکنے والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوسٹرڈیمس نے دنیا کے بڑے بڑے واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھی، اس نے انقلاب فرانس، شاہ ہنری کی موت، نپولین، ہٹلر، جنگ عظیم اول و دوئم، صدر کینیڈی کا قتل، نائین الیون، ویں صدی کی سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس کی 942 پیشن گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوگئیں۔

THE MAN
WHO SAW TOMORROW

ناسٹرڈیمس وہ شخص، جو آنے والا کل دیکھ سکتا تھا.....

اٹھارہویں صدی میں جب فرانس کے حکمرانوں، امراء، طبقوں اور کلیسا کا گٹھ جوڑ عوام کا استحصال کر رہا تھا۔ بڑی بڑی اور زرخیز زمینیں امراء و اہلِ کلیسا کے قبضے میں تھیں، وہ کوئی ٹیکس ادا نہیں کرتے تھے، جب کہ عام کاشت کاروں پر محاصل کا شدید بار تھا۔ غریب کے لیے انصاف کے دروازے بھی بند تھے۔ جب مظالم اور استحصال سے تنگ آئے ہوئے دیہی طبقے کے ضبط کا بندھن ٹوٹ گیا تو انہوں نے 14 اگست 1789ء کو بغاوت کر دی۔ اس بغاوت میں ہزاروں افراد کو موت کے گھاٹ اتار دیا گیا، امراء اور حکمران طبقوں میں کسی کی گردن محفوظ نہ تھی۔

یہ مئی 1791ء کا واقعہ ہے، جب دو سال سے چلنے والا فرانسیسی انقلاب اپنے عروج کے دور میں تھا، جب بڑے بڑے سر کاٹ کر ظالم حکمران عبرتناک انجام کو پہنچائے جا رہے تھے۔ دوسری جانب ماضی کے بادشاہوں کی قبروں کو کھود کر ہڈیاں تک جلائی جا رہی تھیں۔ ایسے میں تین چرواہوں کے دماغ پر شراب کا نشہ ان کی عقل پر حاوی ہو گیا تھا مگر وہ اس بات سے بے خبر تھے کہ کوئی بدقسمتی انہیں دعوت قضا دے رہی تھی۔ انہوں نے نشے میں بدمست ہو کر ایک شاہی قبر کھودنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔ وہ قبر ایک پرانے چرچ کے احاطے میں تھی جس میں رکھا لکڑی کا تابوت دو سو سال سے زیادہ عرصہ گزرنے کی وجہ سے گل سڑ چکا تھا۔ نشے میں دھت ان تینوں اشخاص نے قبر کھودی تو گلا سڑا تابوت ان کے سامنے تھا۔ تابوت کھلا تو جیت کی خوشی میں قہقہے لگانے والوں کی آواز ان کے حلق میں اٹک کر رہ گئی اور آنکھیں حیرت سے پھیل گئیں۔ ان کی حیرت کی وجہ ہڈیوں کا ڈھانچہ نہیں بلکہ ڈھانچے کے گلے میں لٹکی پیتل کی وہ تختی تھی جس پر اس دن کی تاریخ یعنی سترہ مئی 1791ء درج تھی۔ تختی کی پشت پر ایک رباعی یوں درج تھی:

انقلاب کے دو سال بعد پانچویں مہینے میں
تین شرابی پرانی قبر کھودیں گے
دو اسی رات مر جائیں گے
اور تیسرا آخر تک پاگل رہے گا

یہ رباعی پڑھ کر تینوں کا نشہ ایسا کافور ہوا کہ وہ خوف زدہ ہو کر پیچھے ہٹے اور سرپٹ دوڑ پڑے مگر انقلابی پولیس نے انہیں بھاگتے ہوئے دیکھ لیا۔ انہیں انقلاب دشمن عناصر سمجھ کر ان پر گولی چلا دی گئی۔ جس کے نتیجے میں ان میں سے دو موقع پر ہلاک ہو گئے اور تیسرا شدت خوف سے مرتے دم تک پاگل رہا۔

یہ تحریر نہ تو کسی شاہی حکمران کا تھا نہ کسی امراء طبقے سے فرد کا اور نہ ہی کسی کلیسائی راہب کا... یہ تحریر سولہویں صدی عیسوی کے شاہی طبیب کا تھا، جو ایک ماہر فلکیات بھی تھا اور علم نجوم سے شغف رکھتا تھا۔ اس کا نام میشیل دی نوسٹرے ڈوم Michel de Nostredame تھا۔ جو اپنی پیشگوئیوں کے حوالے سے تاریخ میں نوسٹراڈیمس کے نام سے جانا گیا۔

سولہویں صدی عیسوی کے اس فرانسیسی نجومی نوسٹراڈیمس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ ایک صاحب بصیرت اور دانش مند عالم تھا اور اپنی داخلی صلاحیتوں کی بدولت پیش بینی کرتا تھا۔ اس نے دنیا کے بڑے بڑے واقعات کی خبر ان کی پیش گوئی کی تھی۔ ان پیشین گوئی میں ایک خاص نقطہ نظر ہوتا تھا، پیش گوئیوں پر اس کی کتاب لیس پروفیٹیز Les Prophetics چار سو سال میں سب سے زیادہ بکنے والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوسٹراڈیمس نے انقلاب فرانس، شاہ ہنری کی موت، نپولین، ہٹلر، جنگ عظیم

اول و دوئم، صدر کینیڈی کا قتل، نائین الیون، اکیسویں صدی کی سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

یہی نہیں اس نے اپنے مرنے کی پیش گوئی بھی اپنی زندگی میں ہی کر دی تھی اور یہ بھی بتا دیا تھا کہ اس کی موت کے 225 سال بعد اس کی قبر کو کوئی کھودے گا چنانچہ نوسٹرڈیمس نے تاکید کی تھی کہ اس کے تابوت میں سینے پر پیتل کی تختی پر 17 مئی 1791ء لکھ کر رکھ دیا، اور ایسا ہی ہوا نوسٹرڈیمس کی یہ پیش گوئی حروف بہ حروف پوری ہوئی، اس کی قبر کشائی سے متعلق یہ دلچسپ واقعہ آج بھی مشہور ہے۔ نوسٹرڈیمس کی قبر آج بھی Church of the Cordeliers of Salon میں موجود ہے لیکن پیتل کی تختی نہیں ہے ہو چکی ہے۔ نوسٹرڈیمس کی کتاب میں مذکورہ بالا پیشگوئی موجود نہیں البتہ اس سے ملتی جلتی ایک پیشگوئی (صدی 9: رباعی 7) ملتی ہے کہ

Qui ouurira le monument trouué,
Et ne viendra le serrer promptement,
Mal luy viendra,
Et ne pourra prouué

man who opens tomb when it found
And does not close it immediately,
Evil will come to him
That no one will be able to prove.

جو شخص اس مقبرے کو پا کر کھودے گا
اور اس کو دوبارہ جلدی بند نہیں کرے گا
اس پر مصیبت (آفت) نازل ہوگی
کوئی بھی یہ ثابت کرنے سے قاصر ہوگا

نوسٹرڈیمس کے مداحوں کے نزدیک وہ سچی پیش گوئیاں کرتا تھا، آج بھی دنیا میں کہیں بھی کوئی اہم واقعہ ظہور پذیر ہوتا ہے تو اس کی کڑیاں نوسٹرڈیمس کی پیشگوئیوں سے ملائی جاتی ہیں۔

❖❖❖

نوسٹرڈیمس کا تعلق ایک قدیم یورپی یہودی تاجر خاندان سے تھا، تیرہویں صدی عیسوی میں یہ تاجر خاندان وسطی فرانس کے علاقے پروونس کے شہر سینٹ ریمے میں آکر آباد ہو گیا۔ یہ خاندان اسپین سے ہجرت کرکے یہاں آیا تھا کیونکہ مسلم حکومت کے زوال کے ساتھ ہی جن علاقوں پر عیسائی قابض ہوئے تھے وہاں انہوں نے مسلمانوں اور یہودیوں کو بھی اپنا نشانہ بنانا شروع کر دیا تھا۔ اس وقت اٹلی، اسپین، جنوبی یورپ کی ساحلی ریاستیں اور وسطی یورپ یہودیوں کے قید خانوں میں بدل گئے تھے جہاں وہ چھپ چھپ کر زندگی گزارتے تھے۔ بہتر اور آسان زندگی کی تلاش میں وہ مغربی یورپ کا رخ کرنے لگے جہاں کے باشندے حال ہی میں دائرہ عیسائیت میں داخل ہوئے تھے اور ان میں مذہبی تعصب پرانے عیسائیوں کے مقابلے میں کم تھا۔ یہ ممالک جرمنی، فرانس اور انگلینڈ تھے۔

اس یہودی خاندان کا کوئی مخصوص نام نہیں تھا لیکن اس خاندان کے بارے میں یہ بھی کہا جاتا ہے کہ یہ یہودیوں کے قبیلے بنی اشکار یا یساکر (Issachar) سے تعلق رکھتا تھا۔ اس قبیلے کے بارے میں مشہور ہے کہ اس کے لوگ پراسرار علوم کے ماہر ہوتے تھے۔ قدیم پراسرار اور ماورائی علوم، جیسے علم نجوم، فال، زائچہ، جادو ٹونہ، جھاڑ پھونک، کہانت ان میں عام تھی۔ عیسائی کلیسا

میشیل دی نوسٹرڈیمس

نے ایسے علوم کو جادو ٹونے کے ضمن میں شیطانی افعال قرار دیا تھا اور وہ کسی صورت انہیں برداشت نہیں کرتے تھے۔ جادو یا کسی قسم کے پراسرار علوم میں ملوث شخص کو زندہ جلا دیا جاتا تھا۔ یہ اتنا سنگین جرم مانا جاتا کہ جو شخص ایک مرتبہ اس الزام میں کلیسائی عدالت تک پہنچ جاتا اسے موت کی سزا سنادی جاتی چاہے اس کے خلاف کوئی ثبوت یا گواہ ہو یا نہ ہو۔ ظاہر ہے ایسے ماحول اس قبیلے نے اپنی شناخت چھپا کر رکھی تھی، ایسا بھی ہوتا کہ یہ جہاں رہتے تھے بظاہر وہاں کے مقامی لوگوں کا مذہب اختیار کر لیتے تھے۔ مسلمانوں میں مسلمان بن جاتے تھے اور عیسائیوں میں عیسائی۔ نوسٹرڈیمس کے آباؤاجداد تاجر تھے مگر فرانس میں آباد ہونے کے بعد اس قبیلے کے افراد نے تجارتی سرگرمیوں کم کر دیں اور ملازمت کے پیشے کو اختیار کیا۔

چودہ دسمبر 1503ء کو اسی خاندان میں ایک بچے نے جنم لیا۔ جب اس بچے کا زائچہ بنایا گیا تو خاندان کے بزرگ مزید فکر مند ہوگئے۔ بچہ خوبصورت اور مخصوص یورپی خدوخال لیے ہوئے تھا۔ وہ سنہری بالوں اور کھڑے نقوش کا حامل تھا اور بچپن سے اس کی وجاہت نمایاں تھی۔ لیکن خاندان کے ان بزرگوں نے جو قدیم علوم کے حامل تھے اس کی کشادہ پیشانی میں کچھ اور ہی دیکھا اور انہوں نے فیصلہ کیا کہ اب وقت آگیا ہے کہ وہ مقامی عقیدہ یعنی عیسائیت اپنالیں۔ ورنہ یہ بچہ جب بڑا ہوگا اور اس کی باتیں عام ہوں گی تو اس کے ساتھ اس خاندان کی شامت بھی آجائے گی۔ میشیل کے بزرگ جان گئے تھے کہ اس میں مستقبل کو جاننے کی صلاحیت ہے اور یہ صلاحیت پیدائشی تھی۔ اگر وہ اس کا سرعام اظہار کرتا تو عین ممکن ہے اس پر جادو کا الزام لگا کر اسے زندہ آگ میں جلا دیا جاتا۔ پورا خاندان بہرصورت اس بچے کو بچانا چاہتا تھا اور اس کے لیے وہ اپنا مذہب تک بدلنے کو تیار تھے۔ آخر اس بچے میں ایسی کیا بات تھی کہ اسے بچانے کے لیے یہودیوں کا ایک بہت بڑا خاندان اپنا مذہب تبدیل کرنے کو تیار ہوگیا تھا...؟ بچے کا نام میشیل ڈی نوسٹرے ڈیم رکھا گیا۔ بعد میں یہ بچہ ناسٹر ڈیمس کے نام سے مشہور ہوا۔

بچے کے والد کا نام جیک ڈی نوسٹر ڈیم Jacques de Nostredame اور والدہ کا نام رینی ڈی سینٹ ریمے Renée de Saint-Remy تھا۔ یہ خاندان آرلیس Arles شہر سے 10 میل کے فاصلے پر واقع چھوٹے سے قصبے سین ریمے میں آباد تھا۔

بچے کا دادا پیئر ڈی نوسٹر اڈیمس، جو علم و تحقیق سے شغف رکھتا تھا، یہودیوں کے مذہبی علم تالمود، عبرانی، ریاضی اور فلکیات کا ماہر تھا۔ اس نے میشیل کے لیے فیصلہ کیا کہ اسے کسی اسکول میں داخل نہیں کرایا جائے گا اور نہ ہی اسے گھر سے باہر جانے اور لوگوں سے ملنے کی اجازت ہوگی۔ اس کے لیے طے ہوا کہ وہ ابتدائی تعلیم اپنے نانا جین ڈی سینٹ ریمی Jean de St. Remy سے حاصل کرے گا، جو ایک شاہی طبیب تھے۔ اصل میں اس تعلیم کا مقصد میشیل کی بنیاد کو مضبوط کرنا اور اسے آنے والے دنوں میں عیسائی معاشرے کا سامنا کرنے کے قابل بنانا تھا۔ میشیل تین یا چار سال کی عمر سے اپنے نانا کے پاس پڑھنے چلا گیا۔

جین، میشیل کو عہد نامہ قدیم (بائبل)، عبرانی، یونانی، لاطینی زبان، فلسفہ، ریاضی، فلکیات اور قدیم مذہبی علوم اور خاص طور پر قبالہ Qabbala مکتبہ فکر کی تعلیم دیتا۔ (قبالہ ایک یہودی مکتبہ فکر ہے جو توریت کی باطنی تشریح اور روحانی فلسفہ پر عمل پیرا ہے، ان کے علوم زبانی سینہ بہ سینہ منتقل ہوتے ہیں)

میشیل اپنے نانا کے سامنے دست بستہ کھڑا ہوتا اور پوری توجہ سے اس کا کہا ایک ایک لفظ سنتا تھا۔ جین اپنے نواسے کی ذہانت اور یادداشت پر حیران تھا۔ وہ اسے ایک مرتبہ جو بتادیتا وہ اس کی یادداشت میں ہمیشہ کے لیے محفوظ ہو جاتا تھا۔ کبھی نہیں جب جین اس سے کسی مضمون کے بارے میں بحث کرتا تو میشیل پورے اعتماد اور دلائل کے ساتھ اسے جواب دیتا تھا۔ اس کے ساتھ ساتھ جین اسے طب اور خاص طور سے آسٹرولوجی (فلکیات) کا سبق بھی پڑھاتا تھا۔ وہ میشیل پر زور دیتا تھا کہ دنیا کی تعلیم اپنی جگہ لیکن اسے اپنے اندر کی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار کرنا ہوگا تب ہی وہ کامیابی حاصل کر سکے گا۔ وہ اسے کچھ مشقیں کراتا تھا ساتھ ہی وہ اسے ان قدیم نقوش کو سمجھنے کی تعلیم دیتا تھا جو اصل میں تمام پر اسرار علوم کا ماخذ تھے اور مختلف کتابوں اور مخطوطوں میں ان کے خاندان میں ہزاروں سال سے محفوظ چلے آرہے تھے۔ بعد میں میشیل نے ان نقوش کو اپنی پیش گوئیوں کی کتاب میں بھی استعمال کیا لیکن اس نے ان کی وضاحت کرنے سے گریز کیا تھا۔ وہ ان کے اسرار عام نہیں کرنا چاہتا تھا۔

دس سال کی عمر میں میشیل اس قابل ہو گیا تھا کہ اپنے طور پر مطالعہ کر سکتا تھا اور اس کی دلچسپی کا محور آسٹرولوجی اور فلکیات کی کتابیں تھیں۔ دس سال کی عمر کے بعد وہ گھر لوٹ آیا۔ اسے گھر سے باہر جانے اور دوست بنانے کی اجازت دے دی گئی تھی۔ اس کے بزرگوں کو اعتماد تھا کہ وہ منہ سے ایسی کوئی بات نہیں نکالے گا جس سے وہ خود یا اس کا خاندان مشکل میں پڑ جائے۔ میشیل نے دوست بنائے اور نوجوانوں والی سرگرمیاں شروع کیں۔ دوستوں کے اس حلقے میں کبھی کبھی اس کے منہ سے نہ چاہتے ہوئے بھی کسی کے بارے میں ایسی بات نکل جاتی جو بعد میں پوری ہوتی تھی لیکن بچہ ہونے کی وجہ سے کوئی اس چیز کو اہمیت نہیں دیتا تھا۔ وہ اپنے چار بھائیوں میں سب سے بڑا تھا اور سب سے زیادہ ذہین تھا۔

لیکن جب وہ بارہ سال کا تھا تو اس کی ایک پیش گوئی کی وجہ سے اس کا خاندان مشکل میں پڑتے پڑتے رہ گیا۔ میشیل کا گھر جس گلی میں تھا اس میں ناجین فلار نامی ایک خاتون رہتی تھی۔ اس خاتون کا ایک لڑکا جولین تھا جو عمر میں میشیل سے ذرا چھوٹا تھا۔ ایک دن جولین میشیل اور اس کے دوستوں کے ساتھ کھیل کھیل میں جھگڑا ہو گیا۔ اس نے انہیں مارا اور ایک لڑکے کا سر پھاڑ دیا۔ میشیل کو اس پر غصہ آگیا اور اس نے جولین سے غصہ میں کہا "تم جلد گھوڑے کی ٹاپوں تلے کچلے جاؤ گے اور تمہاری ماں تمہارے تابوت پر بین کرے گی۔"

میشیل کے الفاظ نے جولین کو خوف زدہ کر دیا تھا۔ وہ خوف کے عالم میں گھر بھاگ گیا اور اس نے میشیل کی بات اپنی ماں کو بتادی۔ ناجین فلار چراغ پا ہو گئی اور لڑنے کے لیے میشیل کے گھر پہنچ گئی۔ وہ چیخنے چلانے لگی تو محلے والے جمع ہو گئے اور ناجین نے ان کے سامنے بتایا کہ میشیل نے اس کے بیٹے کے بارے میں کیا کہا ہے۔ لوگوں نے ناجین کو سمجھایا کہ کھیل میں لڑائی ہو جائے تو بچے اس قسم کی باتیں کر جاتے ہیں اس کو سنجیدہ لینے کی ضرورت نہیں ہے۔

اس کے ایک مہینے بعد ہی جولین سڑک سے گزرتے ہوئے ایک بے قابو بگھی کی زد میں آگیا اور گھوڑے کے ٹاپوں سے کچل کر شدید زخمی ہو گیا اور دو دن بعد اس کا انتقال ہو گیا۔ غم و غصے سے پاگل ناجین نے اس کی شکایت ایک مقامی مذہبی عدالت میں کی اور میشیل کو جادوگری کا مرتکب قرار دینے کی درخواست

کی۔ لیکن عدالت نے تین وجوہات پر درخواست مسترد
کر دی۔ ایک تو میشیل بچہ تھا، دوسرے جولین حادثے کا
شکار ہوا تھا۔ اس کی اپنی غلطی سے ہوا تھا۔ تیسرے
جولین جس بگھی کے نیچے آیا تھا اسے ایک مقامی امیر
زادہ چلا رہا تھا۔ اصل وجہ یہی تھی، اگر میشیل کو عدالت
بلا یا جاتا تو لازمی بات ہے امیر زادے کو بھی عدالت کا
سامنا کرنا پڑتا۔ یوں میشیل کی بچت ہو گئی اور اس کے
بعد وہ پیش گوئیوں کے معاملے میں بہت محتاط ہو گیا تھا۔

❖❖❖

اس وقت تعلیم یافتہ نوجوانوں کے لیے دو ہی شعبے
تھے۔ ایک تو وہ فوج میں بھرتی ہو جائیں اور اپنی
صلاحیت کی بنیاد پر اونچے مقام تک پہنچ جائیں یا پھر
میڈیکل کی تعلیم حاصل کریں۔ اس وقت یورپ میں
صرف میڈیکل کی تعلیم باقاعدہ طور پر دی جا رہی تھی۔
یہودی عام طور سے جنگ کو پیشہ بنانے سے گریز کرتے
تھے اور عیسائی ہونے کے بعد اس خاندان نے جنگ و
سے گریز کی پالیسی برقرار رکھی تھی۔ اب بیٹے میشیل کو
طبی تعلیم کے لیے جنوب مشرقی فرانس کی مشہور طبی
درسگاہ ایوگ نون Avignon بھیجنے کا فیصلہ ہوا۔

اس وقت میشیل پندرہ برس کا تھا۔ وہ اپنی خالہ
مارگریٹ کے گھر چلا گیا، جن کی مدد سے وہ فرانس کی
یونیورسٹی میں داخل ہو گیا۔ یونیورسٹی میں تعلیم حاصل
کرنے کے لیے اسے زیادہ محنت نہیں کرنی پڑی کیونکہ
وہ پہلے ہی عبرانی جانتا تھا ساتھ ہی حساب الجبرا اور
فلکیات سے بھی واقف تھا۔ یونیورسٹی میں اسے ایک
شاندار ذہن کا اسٹوڈنٹ کہا جاتا۔ ابھی میشیل سولہ
برس کا نہیں ہوا تھا لیکن جہاں تک اس کی علمی قابلیت کا
تعلق تھا تو وہ اس وقت اس ادارے میں پڑھانے والے
اساتذہ سے بھی زیادہ تھی۔ خاص طور سے زبانوں پر
عبور نے میشیل کے اساتذہ کو بھی حیران کر دیا تھا۔

یونیورسٹی ہی میں رہ کر اس نے قدیم عبرانی سری
علوم کا مطالعہ شروع کیا، ساتھ ہی وہ زبانیں بھی پڑھ رہا
تھا۔ عبرانی پر اسے دس سال کی عمر میں عبور حاصل
ہو گیا تھا اور پھر اس نے لاطینی اور یونانی زبانیں سیکھیں
کیونکہ یورپ میں پائی جانے والی تمام کتابیں ان دو
زبانوں میں تھیں۔ فرانسیسی زبان اگرچہ انگلش میں ان
زبانوں پر فوقیت رکھتی تھی لیکن ابھی اس میں ذخیرہ
علوم منتقل نہیں ہوا تھا۔ اس لیے کسی علوم کو مکمل سیکھنے
سے پہلے ان زبانوں پر عبور حاصل کرنا لازمی تھا۔
یونیورسٹی کی لائبریری میں میشیل نے چن چن کر طب
اور فلکیات کے موضوع پر ملنے والی ہر کتاب پڑھ ڈالی
تھی اور سولہ سال کی عمر میں وہ اس قابل ہو گیا تھا کہ
کسی بھی فرد کے مستقبل کے بارے میں پیش گوئی
کر سکتا تھا۔ 1520ء میں میشیل سترہ سال کا ہوا تو اسے
یونیورسٹی کی طرف سے Maitre des Arts (ہائی
اسکول ڈپلومہ کی طرح) کی سند ملی، جس میں اسے حق
دیا گیا کہ وہ ان کے اسکولوں میں حروف اور فلسفے کی
تعلیم دے سکتا ہے۔ لیکن ایوگ نون میں میشیل کا دل
نہیں لگا اور اس نے بعد میں مونٹ پیلیئر کے اسکول آف
میڈیسن میں داخلہ لے لیا۔

❖❖❖

جیسے جیسے میشیل نوجوانی کی طرف بڑھ رہا تھا اس
کی پیش گوئی کی صلاحیت بھی بڑھ رہی تھی۔ پہلے وہ یہ
کام بے ساختہ کرتا تھا لیکن اب وہ ذرا سی کوشش کے
بعد کسی شخص کے بارے میں پیش گوئی کرنے کا اہل
ہو گیا تھا۔ اس نے اپنی پہلی اہم پیش گوئی اسی دور میں کی
تھی۔ سترہ سال کی عمر تک میشیل کا رجحان مذہب کی
طرف بہت زیادہ ہو گیا تھا۔ اب اس کا اکثر فارغ وقت

چرچ میں گزرتا تھا۔ وہ ایک موقع پر مقامی چرچ میں موجود تھا اور اپنے ایک دوست سے بات کر رہا تھا کہ اس کی نظر چرچ کے کنویں سے پانی نکالتے ایک راہب پر گئی اور وہ کچھ دیر اسے دیکھتا رہا۔ اس نے اپنے دوست سے اس کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ یہ مقامی نوجوان راہب چرچ کے خدمت گاروں میں شامل ہے۔ میشیل ڈی ناسٹر ڈیمس اس کی طرف بڑھا اور اس نے پانی پیتے ہوئے راہب کا جھک کر دامن چوم لیا۔ وہ ناسٹر ڈیمس کی اس حرکت سے حیران ہوا تھا اور اس نے پوچھا۔ "نوجوان تم نے ایسا کیوں کیا ہے....؟"

اس نے جواب دیا۔ "میں نے پوپ کے دامن کو بوسہ دیا ہے۔"

فلیچی پریتی نامی یہ راہب ناسٹر ڈیمس کے اس جواب پر مزید حیران ہوا تھا کیونکہ وہ اس وقت صرف بائیس سال کا تھا اور مقامی چرچ کا ایک معمولی خدمت گار تھا۔ پوپ بننا تو بہت دور کی بات ہے، اس نے کبھی مقامی چرچ کا پادری بننے کا بھی نہیں سوچا تھا۔ لیکن برسوں بعد جب ناسٹر ڈیمس دنیا سے رخصت ہو چکا تو فلیچی پریتی نامی اس راہب نے ویٹیکن میں پچپن ویں پوپ کی حیثیت سے قدم رکھا تھا۔ ناسٹر ڈیمس کی یہ حیرت انگیز پیش گوئی نصف صدی سے زیادہ عرصہ گزر جانے کے بعد پوری ہوئی تھی اس لیے اس وقت اسے کوئی اہمیت حاصل نہیں کی تھی صرف پوپ اور ناسٹر ڈیمس یا اس کے چند جاننے والوں تک محدود رہا تھا۔

❖❖❖

1526 میں شہر میں سڑکوں پر فسادات کی وجہ سے، پروفیسرز کو اسباق کو روکنے کے لئے مجبور کیا گیا، یونیورسٹیاں بند کر دی گئیں۔ اس دوران ناسٹر ڈیمس تھوڑی دیر مانٹپیلیئر یونیورسٹی سے دور رہا۔ وہ تین سال کے بعد یونیورسٹی میں واپس آیا۔ ساؤتھ یورپ میں طاعون کی وبا پھیلنے لگی، وہ قدیم طب کے اصولوں کو جانتا تھا اس لیے طاعون کے علاج کے لیے کچھ آسان ادویات تیار کرنے کا طریقہ سیکھتا رہا۔ ماؤنٹ پیلیر سے تین سال بعد اسے میڈیکل کی ابتدائی ڈگری Red Toga ملی۔ یہ ڈگری حاصل کرنے والا کسی ڈاکٹر کی زیر نگرانی طبی پریکٹس کر سکتا تھا۔ یعنی ڈاکٹر بننے سے پہلے جو عملی تجربہ درکار ہوتا ہے وہ حاصل کر سکتا تھا۔

عام طور سے ابتدائی ڈگری لینے والے طلبا کسی شہر کا رخ کرتے تھے اور آگے تعلیم حاصل کرنے سے پہلے امراء کا علاج کر کے دولت کماتے تھے۔ لیکن اپنے ساتھیوں کے برعکس میشیل ڈی ناسٹر ڈیمس نے فرانس کے ان غریب ترین دیہات کا رخ کیا جہاں ان دنوں طاعون کی وبا عام تھی اور خاص طور سے سیاہ طاعون لوگوں کو موت کے منہ میں دھکیل رہا تھا۔

میشیل نے ان غریب اور بیمار دیہاتیوں کا اتنی دل جمعی سے علاج کیا کہ وہ ان علاقوں میں ولی مشہور ہو گیا۔ اس موذی مرض کے علاج کے لیے میشیل نے اپنی فطری ذہانت استعمال کی اور خاص طور سے سیاہ طاعون کے علاج میں کچھ ایسے طریقے استعمال کیے جس سے بہت سارے مریض بچ گئے جبکہ سیاہ طاعون کو یقینی موت کہا جاتا تھا۔ آنے والے تین سال تک میشیل وہیں رہا اور اس دوران میں اس نے اپنے علاقے میں اس وبا پر خاصی حد تک قابو پا لیا تھا۔ وہ واپس آیا تو ڈاکٹر کی ڈگری اس کا انتظار کر رہی تھی۔ سیاہ طاعون کے علاج میں اس کی وضع کی ہوئی ترکیبیں بہت کارآمد ثابت ہوئی تھیں اور اس کی واپسی سے پہلے یہ خبر ماؤنٹ پیلیر کے اسکول آف میڈیسن تک پہنچ گئی تھی۔ اس کا

پرجوش استقبال کیا گیا اور اسے پورے اعزاز کے ساتھ ڈاکٹر کی ڈگری سے نوازا گیا۔ ڈاکٹر کی ڈگری حاصل کرنے کے بعد اس نے اپنا نام میشیل کے بجائے، خاندانی نام نوسٹرے ڈیم سے اخذ کر کے خود کو نوسٹر ڈیمس کہلانا شروع کر دیا۔

ماؤنٹ پیلیر میڈیکل اسکول کی انتظامیہ نے اس سے درخواست کی کہ ایک سال کے لیے اسکول میں لیکچرر کے طور پر کام کرے اور اپنا طریقہ علاج نئے ڈاکٹروں کو سکھائے۔ ناسٹر ڈیمس نے یہ درخواست قبول کر لی اور اسکول آف میڈیسن میں ایک سال تک نئے طلبا کو پڑھاتا رہا۔ یہ اس کے لیے کامیابیوں اور خوشیوں کا دور تھا۔ اس نے نہ صرف ہزاروں افراد کی جان بچائی تھی بلکہ دوسروں کو بھی اس موذی مرض سے محفوظ رکھنے کے طریقے بتائے۔ یہاں اسے عزت اور مقام ملا جبکہ ابھی اس کی عمر صرف چھبیس سال تھی۔ ایک سال بعد وہ واپس جا رہا تھا تو اسکول کی جانب سے اعزازی فیلو کا سرٹیفکیٹ پیش کیا گیا تھا۔

❖❖❖

یہ کہنا مشکل ہے کہ ناسٹر ڈیمس کب باقاعدہ پیش گو بنا کیونکہ وہ اب تک غیر سنجیدہ تھا۔ اس نے جو اکا دکا پیش گوئیاں کی تھیں وہ ابھی بنا سوچے سمجھے اور بے اختیار کی تھیں۔ جیسے فلیپی پریتی کے پوپ بننے کی پیش گوئی۔ اسی طرح اس نے ماؤنٹ پیلیر میں ایک استاد جان گریفتی کے بارے میں پیش گوئی کی کہ وہ جلد نااہل ہونے کی وجہ سے اسکول سے نکال دیا جائے گا۔ ناسٹر ڈیمس کی پیش گوئی پر چراغ پا جان گریفتی نے انتظامیہ سے اس کی شکایت کر دی اور جب انکوائری ہوئی تو پتا چلا کہ اس نے اپنی تعلیمی قابلیت کے بارے میں جھوٹ بولا تھا اور وہ اتنی استعداد نہیں رکھتا کہ اسکول میں طلبا کو پڑھا سکے۔ جان گریفتی کو نااہل قرار دے کر اسکول سے نکال دیا گیا۔ یوں ناسٹر ڈیمس کی یہ پیش گوئی درست ثابت ہوئی۔

تیئس سے چھبیس سال کی عمر تک ناسٹر ڈیمس کا دھیان مکمل طور پر اپنی تعلیم اور مریضوں کے علاج پر رہا تھا اس دوران میں اس نے اپنی پیش گوئی کی صلاحیت کی طرف خاص توجہ نہیں دی تھی۔ ماؤنٹ پیلیر سے بوڈیوکس Bordeaux اور ٹولوس Tolouse واپس آنے کے بعد ناسٹر ڈیمس نے بطور ڈاکٹر پریکٹس شروع کی۔ 1531ء میں نوسٹر ڈیمس کو محقق جولیوس اسکالیجر Julius Scaliger نے اپنے شہر ایگن Agen میں طبی پریکٹس کے لیے مدعو کیا اور یہیں اس کی ملاقات ایک نوجوان خاتون ہینریٹی ڈی اینکوس Henriette d'Encausse سے ہوئی۔ ان میں تعلق اتنی تیزی سے بڑھا کہ انہوں نے جلد 1534ء میں شادی کر لی۔ اس نے ناسٹر ڈیمس کے دو بیٹوں کو جنم دیا۔ بدقسمتی سے مختصر سے عرصے کے بعد 1537ء میں ناسٹر ڈیمس کی بیوی اور دونوں بیٹے سیاہ طاعون میں مبتلا ہو گئے۔ ناسٹر ڈیمس کے بیوی بچے کس طرح اس بیماری میں مبتلا ہوئے تھے اس کی کوئی وضاحت موجود نہیں ہے۔ کیونکہ ناسٹر ڈیمس اس مرض کے علاج کا ماہر تھا اور ہزاروں مریضوں کو بچا چکا تھا مگر وہ اپنے بیوی بچوں کو نہیں بچا سکا۔

بہر حال ناسٹر ڈیمس کے لیے یہ بہت بڑا صدمہ تھا۔ اس کا کل اثاثہ اس کے یہی بیوی بچے تھے۔ کہا جاتا ہے اس کے بعد ہی وہ دنیا سے دل برداشتہ ہو گیا تھا اور اس نے اپنی توجہ باطنی دنیا کی طرف کر لی تھی اور اس وقت اس کی پیش گوئی کی صلاحیت ابھر کر سامنے آئی۔

(جاری ہے)

ہم سفر

تحریر: رسکن بونڈ

ترجمہ: یعقوب جمیل

ٹرین کے اس کمپارٹمنٹ میں میرے سوا کوئی مسافر نہیں تھا۔ پچھلے ڈیڑھ گھنٹے سے میں نے اتنے بڑے کمپارٹمنٹ میں اکیلے ہی سفر کیا تھا۔ مجھے امید تھی کہ چند منٹ بعد جب یہ ٹرین ایک اور چھوٹے سے اسٹیشن پر ٹھہرے گی تو وہاں سے کچھ مسافر اس کمپارٹمنٹ میں ضرور سوار ہوں گے اور یہ جان لیوا سکوت ٹوٹ جائے گا۔

اس روٹ پر چلنے والی گاڑیاں زیادہ تر خالی ہی آتی جاتی ہیں۔ اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ شالو نامی یہ اسٹیشن بہت چھوٹا سا ہے۔ اس کے آس پاس مختصر آبادیوں والے چھوٹے دیہات آباد ہیں۔

شالو اسٹیشن کے ارد گرد کے دیہات غریب اور محنت کش آبادیوں پر مشتمل ہیں۔ ڈھور مویشی پالنا اور کھیت مزدوری کرنا ہی ان کا کام ہے۔ یہ ایک گاؤں سے دوسرے گاؤں تک پیدل یا سائیکل سے آتے جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ انہیں ٹرین میں سفر کرنے کی ضرورت نہیں پڑتی۔

مجھے شالو سے چلے ہوئے تقریباً ڈیڑھ گھنٹا ہو گیا تھا اور اب ٹرین روہنا Rohana اسٹیشن کی حدود میں داخل ہو رہی تھی۔ اس اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر بھی مسافروں کا رش نہیں تھا۔ لیکن میری امیدیں خاک میں ملنے سے بچانے کے لیے، ایک مسافر میرے کمپارٹمنٹ میں سوار ہو ہی گیا۔ یہ ایک نوعمر لڑکی تھی۔ اس لڑکی کو رخصت کرنے اس کے والدین اسٹیشن تک آئے تھے، ایک ادھیڑ عمر عورت اور ایک ادھیڑ عمر مرد۔

وہ عورت بار بار لڑکی کو تاکید کرتے ہوئے کہہ رہی تھی۔ "دیکھو بیٹی، اپنا بہت خیال رکھنا، اپنا بیگ اپنے پاس ہی رکھنا اور ہاں کسی کی دی ہوئی کوئی چیز مت کھانا، صرف دو ڈھائی گھنٹے کا سفر ہے اور...."

"بس بس ماں، مجھے معلوم ہے۔" لڑکی نے مترنم آواز میں اپنی ماں کی بات کاٹی اور بولی۔ "میں پہلے بھی تو ایک مرتبہ آچکی ہوں۔"

"وہ تو ٹھیک ہے بیٹی، مگر میں تیری ماں ہوں۔ مجھے فکر تو ہوگی۔" ادھیڑ عمر عورت نے کہا۔

"اچھا دیکھ، تیرے چاچا چاچی تجھے لینے کے لیے آئیں گے۔ تیرے بابا نے تیرے ڈبے کا نمبر انہیں بتا دیا ہے۔"

"ٹھیک ہے ماں، اب تم لوگ جاؤ۔" لڑکی نے کہا۔ "ٹرین چلنے والی ہے۔"

مجھے نہیں معلوم کہ وہ لڑکی گوری تھی یا کالی، اس کے بال سنہرے تھے یا سیاہ.... چھوٹے تھے یا لمبے۔ اس نے کون سے کپڑے پہنے تھے اور ان کپڑوں کا رنگ کیسا تھا....؟ میں کچھ بھی تو دیکھ نہیں سکتا تھا۔

تین سال پہلے کی بات ہے کہ میں اور میرا چھوٹا بھائی سڑک کے ایک خوفناک حادثے کی لپیٹ میں آگئے تھے۔ اس حادثے میں میرے چھوٹے بھائی کے ایک پاؤں اور کندھے میں فریکچر ہوگیا جس کی وجہ سے اسے تقریباً چار ماہ تک بستر پر ہی پڑا رہنا پڑا تھا۔ جبکہ میرے سر کے پچھلے حصے پر لگنے والی زبردست چوٹ نے میری بینائی چھین لی تھی اس لیے میں نہیں بتا سکتا کہ وہ لڑکی دیکھنے میں کیسی تھی....؟

لیکن میں نے یہ اندازہ تو لگا ہی لیا تھا کہ لڑکی نے اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے تھے کیونکہ جب وہ کمپارٹمنٹ میں داخل ہونے کے بعد کسی سیٹ پر بیٹھنے کے لیے آگے بڑھی تو اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ سے ہی میں سمجھ گیا کہ ایسی آواز اونچی ایڑی والے سینڈل کی ہی ہو سکتی ہے۔

میں اس کا چہرہ تو نہیں دیکھ سکتا تھا لیکن اس کی کھنکتی ہوئی سریلی آواز سن کر یہ اندازہ قائم کر لیا تھا کہ اپنی آواز کی طرح لڑکی بھی بہت خوبصورت ہوگی۔

چند منٹوں تک رینگتے رہنے کے بعد جب ٹرین کی رفتار میں تیزی آگئی تو میں نے اپنی جگہ پر بیٹھے بیٹھے ہی کہا۔ "کیا آپ میسوری Mussoorie جا رہی ہیں یا دہرہ دون Dehradun تک کا ہی سفر ہے....؟"

میں شاید کمپارٹمنٹ کے کسی اندھیرے گوشے میں بیٹھا تھا کیونکہ میں نے محسوس کیا کہ میری آواز سن کر وہ بری طرح چونک پڑی تھی۔ وہ کمپارٹمنٹ میں آنے کے بعد سے اب تک مجھے دیکھ نہیں پائی تھی۔ وہ بولی تو حیرت اس کی آواز سے مترشح تھی۔ "ارے.... مجھے تو معلوم ہی نہیں تھا کہ یہاں کوئی اور بھی ہے! میں تو سمجھی تھی کہ میں اکیلی ہی ہوں۔"

"ہاں، اکثر ایسا ہو جاتا ہے۔" میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ "مثال کے طور پر جب آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے تو آدمی سامنے کی چیز بھی دیکھ نہیں پاتا۔"

"نہیں، یہ بات نہیں ہے۔" اس کی آواز کی جھنکار میری سماعت سے ٹکرائی۔ "اصل میں جس جگہ آپ بیٹھے ہیں، اس طرف میں نے نظر ہی نہیں ڈالی تھی.... سوری۔"

"نہیں.... نہیں.... اس میں سوری کرنے کی

کیا بات ہے....؟"

میں جلدی سے بولا۔ "پہلے پہل تو میں نے بھی آپ کو نہیں دیکھا تھا لیکن میں نے آپ کو اندر داخل ہوتے ہوئے سنا ضرور تھا۔"

یہ بات میں بے دھیانی میں کہہ گیا تھا لیکن بات منہ سے نکل چکی تھی۔ اس لیے مجھے ڈر لگ رہا تھا کہ میری اس بات سے وہ سمجھ گئی ہو گی کہ میں ایک نابینا شخص ہوں۔ یہی میں نہیں چاہتا تھا کہ وہ لڑکی مجھے نابینا سمجھ کر تمام راستے مجھ سے ہمدردی کرتی رہے۔ ر اسی لیے میں سوچ رہا تھا کہ جلد بازی میں جو بھی بات میرے منہ سے نکل چکی ہے اسے ہنسی مذاق اڑایا جا سکتا ہے۔ لیکن اگر میں اسی ایک جگہ پر دبکا بیٹھا رہا تو اسے ضرور یہ یقین ہو جائے گا کہ میں کوئی معذور آدمی ہوں۔ اس بات کا خیال آتے ہی میں نے تیزی سے اپنی سیٹ پر پہلو بدلا اور اٹھنے کی کوشش کر ہی رہا تھا کہ لڑکی نے کہا۔ "میں سہارن پور Saharanpur اتر جاؤں گی.... اسٹیشن پر میرے چاچا چاچی مجھے لینے آئیں گے۔ ویسے آپ کہاں جائیں گے....؟"

میں پھر اپنی سیٹ پر چپک گیا اور بولا۔ "پہلے دہرہ دون۔ وہاں ایک دو روز ٹھہر کر میسوری چلا جاؤں گا۔"

"اوہ.... آپ تو واقعی بڑے خوش نصیب ہیں۔" وہ پُر مسرت لہجے میں بولی۔ "میری بڑی خواہش ہے میسوری جانے کی۔ مجھے پہاڑی علاقے بہت پسند ہیں۔ اونچی اونچی پہاڑیوں کے درمیان گھومنا مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ سنا ہے کہ اکتوبر کے مہینے میں میسوری کے پہاڑوں پر بہار آ جاتی ہے۔"

"ہاں، یہ بہت اچھا موسم ہوتا ہے۔" میں نے کہا اور اچانک ہی میری بے نور آنکھوں کے پیچھے میسوری کے وہ خوب صورت مناظر ناچنے لگے جو میں نے ماضی کے اچھے دنوں میں دیکھے تھے۔

ہری بھری وادیاں، رنگ برنگے پھولوں کی بہار.... اونچے اونچے پہاڑ اور ان کی سنگلاخ کوکھ سے نکلتے گنگناتے جھرنے۔

یہ سارے دلکش مناظر میری یادوں میں تازہ ہوتے رہے پھر میں نے دھیمی آواز میں کہا۔ "اس موسم میں وہاں کا ایک ایک منظر آنکھوں کے راستے دل میں اتر جاتا ہے۔ پہاڑوں کی چوٹیاں بھی رنگ برنگے جنگلی پھولوں سے ڈھک جاتی ہیں، صبح کی ہلکی ہلکی نرم دھوپ بہت بھلی لگتی ہے اور رات کے وقت سلگتی ہوئی انگیٹھی کے سامنے بیٹھ کر گرم گرم کھانے کھانے کا لطف ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ اس وقت تک، وہاں آئے ہوئے زیادہ تر سیاح واپس چلے جاتے ہیں۔ ان کے جانے کے بعد وہاں کے ہوٹل اور سڑکیں خالی خالی سی ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے وہاں کا ماحول اور بھی زیادہ حسین اور پُر سکون ہو جاتا ہے۔"

میں اتنی ساری باتیں کہہ گیا تھا لیکن وہ بالکل خاموش تھی۔ اس نے نہ تو درمیان میں کچھ کہا اور نہ ہی کچھ پوچھا۔ اس پر مجھے حیرت ہو رہی تھی اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گیا تھا کہ یا تو میری باتوں نے اس کے جذبات کو کچھ زیادہ ہی متاثر کیا ہے، یا پھر شاید وہ مجھے کوئی پریم دیوانہ سمجھ بیٹھی ہو گی۔ جب وہ ذرا دیر بعد بھی کچھ نہیں بولی تو ٹھیک اسی وقت میں ایک مرتبہ پھر غلطی کر بیٹھا یعنی اس سے پوچھ لیا۔

"آپ چپ کیوں ہو گئیں....؟ لگتا ہے، باہر کے

مناظر نے آپ کی توجہ ہٹادی ہے۔ ذرا بتایئے، کیا منظر ہے باہر کا...؟"

یہ میں نے پوچھ تو لیا مگر پھر فوراً ہی مجھے اپنی حماقت پر غصہ آیا اور مجھے لگنے لگا کہ اس مرتبہ میرا راز فاش ہو کر ہی رہے گا اور یہ لڑکی جان جائے گی کہ میں نابینا ہوں۔

لیکن ایسا کچھ نہیں ہوا۔ قسمت نے ایک مرتبہ پھر میرا راز فاش ہونے سے بچا لیا۔ لڑکی کو نہ تو میرے اس سوال پر کوئی حیرت ہوئی اور نہ ہی اس نے اس کا کوئی نوٹس لیا۔ میں نے سکون کا سانس لیا۔

چند لمحوں کے سکوت کے بعد لڑکی نے اپنی خاموشی توڑتے ہوئے کہا۔ "کتنی اچھی ہوا چل رہی ہے۔ آپ کھڑکی کے قریب کیوں نہیں بیٹھتے....؟"

"بات دراصل یہ ہے کہ ہوا کے ساتھ دھول مٹی بھی بہت آتی ہے۔" میں نے اپنا عیب چھپائے رکھنے کی کوشش کرتے ہوئے کہا اور اس کے ساتھ ہی دھیرے دھیرے سرکتا ہوا کھڑکی کے پاس آ گیا اور ایک ہاتھ سے ٹٹول کر دیکھ لیا کہ کھڑکی کھلی ہوئی ہے یا نہیں....؟ کھڑکی کا شیشہ اوپر اٹھا ہوا تھا۔ میں نے جلدی سے اپنا چہرہ کھڑکی کے فریم کی جانب کر لیا۔ اب کوئی بھی دیکھنے والا مجھے دیکھ کر یہی سمجھے گا کہ میں باہر کے نظاروں سے لطف اندوز ہو رہا ہوں۔ حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں کیونکہ میرے لیے جس طرح کمپارٹمنٹ کے اندر اندھیرا تھا ویسا ہی اندھیرا باہر بھی تھا۔

میں اپنے تصور کی آنکھ سے باہر کی ہر چیز کو پیچھے کی طرف بھاگتے دیکھ رہا تھا۔ ذرا دیر تک تو میں باہر دیکھتے رہنے کا ڈھونگ کرتا رہا پھر اپنی گردن اندر کی جانب موڑ کر بولا۔

"آپ نے دیکھا کہ بجلی کے کھمبے اور درخت وغیرہ کتنی تیزی سے پیچھے بھاگ رہے ہیں....؟"

"ہاں، لیکن ہم اپنی جگہ پر اسی طرح موجود ہیں۔" لڑکی نے ہنستے ہوئے کہا۔ "ٹرین کے سفر میں ہمیشہ ہی ایسا ہوتا ہے.... ہے نا....؟"

"ہاں۔" میں نے کہا پھر کھڑکی کے سامنے سے چہرہ ہٹا کر لڑکی کی طرف کر لیا اور تھوڑی دیر اسی طرح بیٹھا رہا تاکہ لڑکی سمجھے، میں اس کی طرف دیکھ رہا ہوں۔

"آپ کے چہرے کے خدوخال بہت دلکش ہیں، آپ سچ مچ بہت ہی خوبصورت ہیں۔" میں نے اچانک ہی کہہ دیا کیونکہ اب میں کافی نڈر ہو گیا تھا۔ مجھے دل ہی دل میں خوشی ہو رہی تھی کہ میں ابھی تک اپنی اداکاری میں کامیاب رہا ہوں اور لڑکی کو ابھی تک یہ معلوم ہی نہیں ہوا ہے کہ میں نابینا ہوں۔

اس کے حسن کی تعریف میں جو الفاظ میرے منہ سے نکل گئے تھے انہوں نے لڑکی پر ایک گہرا اور خوش گوار اثر ڈالا تھا۔ بہت کم لڑکیاں ایسی ہوتی ہیں جو خوشامد کو اور اپنے حسن کی تعریف کو پسند نہیں کرتیں.... اور ان سے بھی کم ایسی لڑکیاں ہوں گی جو خود کو حسین نہ سمجھتی ہوں! ورنہ زیادہ تر تو یہ چاہتی ہیں کہ کوئی ان کی طرف دیکھے تو پھر دیکھتا ہی رہے۔ میری ہم سفر لڑکی بھی اپنی تعریف سن کر خوش ہوئی تھی تبھی دھیرے سے ہنس کر بولی۔

"آپ کی بات مجھے بری نہیں لگی۔ بڑے مزے کی بات کہی ہے آپ نے۔ ویسے جو کوئی بھی مجھ سے تھوڑی دیر باتیں کر لیتا ہے، وہ یہی کہتا ہے آپ بہت

انگریزی زبان کے معروف ادیب، رسکن بونڈ Ruskin Bond کو ہندوستانی ادیبوں اور بچوں کے مصنفین اور ایک اعلیٰ ناول نگار میں ممتاز مقام حاصل ہے۔ 81 سالہ رسکن بونڈ گزشتہ 6 دہائیوں سے کہانیاں لکھ رہے ہیں اور اب تک ان کی 500 سے زائد کہانیاں شائع ہو چکی ہیں اور 150 ناول اور دوسری کتابیں بھی منظر عام پر آ چکی ہیں۔ آپ کے تین ناولوں کو فلم کے قالب میں ڈھالا گیا، جو "جنون (1978ء)"، "دی بلیو امبریلا (2005ء)" اور "7 خون معاف (2011ء)" کے نام سے بنیں۔

آپ 19 مئی 1934ء میں بھارتی ریاست ہماچل پردیش کے شہر کسولی میں ایک اینگلو انڈین گھرانے پیدا ہوئے۔ آپ کی والدہ ایڈتھ کلارک کا تعلق کراچی سے اور والد الیگزینڈر بونڈ بنگال سے تھے، آپ کا بچپن وجے نگر، گجرات اور شملہ میں گزرا، لیکن والد کی وفات کے بعد دہرہ دون (بنگال) منتقل ہو گئے۔ کالج کے دنوں میں کہانیاں لکھیں اور کئی لٹریچر پراتز حاصل کیے، اعلیٰ تعلیم کے لیے لندن چلے گئے جہاں ان کا پہلا ناول The Room on the Roof شائع ہوا، جو انہوں نے 17 برس کی عمر میں لکھا تھا، اس ناول پر انہیں Llewellyn Rhys پرائز سے نوازا گیا۔ واپسی پر انہوں نے چند سال دہلی اور دہرہ دون میں صحافت کا شعبہ اپنایا پھر میسوری میں بطور ادیب باقاعدہ کہانیاں لکھنا شروع کیں۔ رسکن بونڈ کو اعلیٰ معیار کی مخصوص خدمات کے لیے سال 2014ء میں بھارتی حکومت کی طرف سے اعلیٰ ترین شہری ایوارڈز پدم بھوشن سے نوازا گیا، اس سے قبل انہیں 1999ء میں پدم شری اور 1992ء میں ساہتیہ اکیڈمی ایوارڈ بھی مل چکا ہے۔

یہ کہانی رسکن بونڈ کی ایک مختصر انگریزی کہانی The Eyes Have It (آنکھیں یہ ہیں) کا ترجمہ ہے، جو کہانیوں کے مجموعے A Night Train at Deoli اور Contemporary Indian English Stories میں شائع ہوئی تھی۔ یہ کہانی The Girl on the Train اور The Eyes Are Not Here کے نام سے بھی مشہور ہے۔

خوبصورت ہیں اور سچ بات یہ ہے کہ اپنی تعریفیں سن سن کر میں تنگ آ گئی ہوں۔"

اس کی بات سن کر میں سمجھ گیا کہ یہ لڑکی واقعی خوبصورت ہے ورنہ جن لوگوں نے اسے دیکھ کر خوبصورت کہا ہے وہ سب تو میری طرح اندھے تو نہیں ہوں گے۔ اس بات کا یقین کر لینے کے بعد میں نے مسکراتے ہوئے کہا۔ "اس میں تنگ آ جانے والی بات کون سی ہے....؟ جب چاند نکلتا ہے تو دنیا دیکھتی ہے۔ لوگ بالکل ٹھیک کہتے ہیں، آپ صرف حسین نہیں ہیں.... آپ کے چہرے کے خدوخال بہت دلکش ہیں۔ اس پر سونے پر سہاگا آپ کی مترنم آواز! جب آپ بولتی ہیں تو لگتا ہے، کسی مندر میں گھنٹی

بے شمار نقرئی گھنٹیوں کی جھنکار سنائی دے رہی ہے....."

"بس بس، رہنے دیں۔" اس نے پھر ہنستے ہوئے کہا۔ "مجھے تو آپ شاعر لگ رہے ہیں۔ لیکن جو کچھ بھی ہیں، آدمی آپ بہت دلچسپ ہیں۔ آپ کے ساتھ باتیں کر کے کوئی شخص بور نہیں ہو سکتا۔ میں سچ کہتی ہوں، آپ کی باتیں مجھے بہت اچھی لگتیں۔"

"اور مجھے آپ کی آواز بہت اچھی لگی ہے۔" میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ کیونکہ اس کی کوئی اور خوبی یا خامی تو میں نے دیکھی نہیں تھی۔ ایک آواز ہی تھی جسے میں نے اپنے دل کے اندر تک محسوس کیا تھا۔

"آپ کی شادی ہو چکی ہے.....؟" یکایک اس نے سنجیدہ سے لہجے میں پوچھا اور پھر فوراً ہی کہا۔ "سوری، میں نے ایک نجی سوال پوچھ لیا ہے۔"

"نہیں.... نہیں سوری کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔" اس نے پھر اپنا سوال دہرایا۔

میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ "اگر میں کہوں کہ نہیں ہوئی ہے تو.....؟"

"تو میں پوچھوں گی کہ کیوں نہیں ہوئی.....؟" وہ بھی ہنس کر بولی۔

"اصل میں ابھی تک کسی لڑکی نے مجھے پسند ہی نہیں کیا۔" میں بولا۔ "یا یوں کہہ لیجیے کسی نے میرے چوکھٹے پر توجہ ہی نہیں دی ہے۔"

"ایسا کیسے ہو سکتا ہے.....؟" وہ فوراً ہی بولی۔ "کیا کمی ہے آپ میں.....؟ خوبصورت ہیں، جوان ہیں، شریف اور پڑھے لکھے آدمی ہیں۔ مجھے تو آپ میں ایسی کوئی خامی نظر نہیں آتی کہ لڑکیاں آپ کی طرف متوجہ نہ ہوں۔"

"آدمی کو اپنی خامیوں اور خوبیوں کے بارے میں دوسروں سے زیادہ معلوم ہوتا ہے۔" میں نے گھمبیر لہجے میں کہا۔ "اور جہاں تک میرا تعلق ہے، میں یہ بات پورے وثوق سے کہہ سکتا ہوں کہ آج کے زمانے کی کوئی بھی لڑکی میرے ساتھ خوش نہیں رہ سکتی۔"

"کیوں.....؟"

"کیونکہ یہ جدید اور تیز رفتار زمانہ ہے۔" میں نے اسی گھمبیر تا سے کہا۔ "ہر کوئی اپنی توقعات اور خواہش کے مطابق زندگی گزارنا چاہتا ہے اور زندگی گزارنے کے لیے ہر کسی کو اپنی پسند کے ہمسفر کی تلاش رہتی ہے... جبکہ مجھ جیسا بے کار اور سست آدمی اچھا ہمسفر ثابت نہیں ہو سکتا۔"

"میں نہیں مانتی۔" وہ جلدی سے بولی۔ "میں کہتی ہوں، وہ لڑکی بدنصیب ہی ہوگی جو اپنے جیسے آدمی کو پسند نہ کرے۔"

"نہیں، نہیں اس میں آپ کسی کے نصیب کو الزام نہ دیں۔" میں بولا۔ "کیونکہ میں خود سمجھتا ہوں کہ میں جب اپنے شریک سفر کی خواہشات اور توقعات پر پورا ہی نہیں اتر سکتا تو پھر جانتے بوجھتے مجھے کسی کی زندگی برباد نہیں کرنی چاہیے۔ خیر، میری بات چھوڑیے.... آپ بتائیے، کیا آپ شادی شدہ ہیں.....؟"

"کیوں.....؟" میں نے چونک کر پوچھا۔ "میرے خیال سے تو اب تک آپ کی شادی ہو جانی چاہیے تھی۔"

"جی ہاں.... ماں اور باپ بھی یہی چاہتے ہیں۔" لڑکی نے افسردہ لہجے میں کہا۔ "لیکن یہ زندگی بھر کے

سفر کا سوال ہے جس کے لیے ایک ایسے ہمسفر کا ہونا ضروری ہے جو صحیح معنوں میں دکھ سکھ کا ساتھی بن سکے۔ جو زندگی کے طویل راستوں کے اتار چڑھاؤ پر پوری طرح ثابت قدم رہ سکے اور جو مجھ جیسی شریک حیات کو بھی اپنے اوپر بوجھ نہ سمجھے۔"

"بوجھ!" میں نے چونک کر کہا۔ "میرے خیال سے تو وہ شخص انتہائی بدنصیب ہوگا جو آپ جیسی شریک حیات کو بوجھ سمجھے گا۔"

"اسی لیے تو میں چاہتی ہوں کہ جو شخص بھی میرا ہاتھ تھام کر میرے ساتھ چلنا چاہے.... وہ پہلے اچھی طرح مجھے دیکھ لے، سمجھ لے۔ پھر کسی لالچ، کسی دباؤ اور کسی شرط کے بغیر مجھے، میری خوبیوں اور خامیوں سمیت قبول کرے تاکہ دونوں مل کر زندگی کا یہ طویل سفر سکھ وچین سے طے کر سکیں۔"

لڑکی یہ کہہ کر چپ ہوگئی۔ ذرا دیر تک وہ مزید کچھ نہیں بولی تو میں نے کہا۔ "بڑے اچھے خیالات ہیں آپ کے۔ میری دعا ہے کہ آپ کو ایسا ہی جیون ساتھی ملے۔"

"تھینک یو۔" لڑکی نے کہا اور پھر دوسرے ہی لمحے چونک کر بولی۔ "اوہ.... آپ کے ساتھ باتوں میں وقت گزرنے کا احساس ہی نہیں ہوا۔ میرا اسٹیشن آنے ہی والا ہے۔ میں تو سمجھی تھی کہ ٹرین کے ڈبے میں اکیلے بیٹھے بیٹھے ڈھائی گھنٹے گزارنے مشکل ہو جائیں گے لیکن آپ کی خوبصورت باتوں میں میرا سفر بہت آسان کر دیا۔ مجھے آپ سے مل کر سچ مچ بہت خوشی ہوئی۔ اب میں خدا سے یہی دعا مانگا کروں گی کہ وہ ہر لڑکی کو زندگی کے سفر میں آپ جیسا ہی ہمسفر عطا کرے۔"

جواب میں مجھے کہنے کا موقع ہی نہیں ملا۔ رفتار دھیمی کرتی ٹرین نے ایک طویل وسل بجائی اور میرے الفاظ منہ میں ہی رہ گئے۔

ٹرین پلیٹ فارم سے لگتے ہی اسٹیشن پر ہلچل سی مچ گئی۔ اترنے اور چڑھنے والے مسافروں کے ساتھ ساتھ قلیوں اور خوانچے والوں کی ملی جلی آوازوں کا شور سنائی دینے لگا۔

"اچھا، اب میں چلتی ہوں۔" ٹرین کے رکتے ہی اس نے شاید اٹھتے ہوئے کہا تھا۔ "آج کا یہ سفر مجھے ہمیشہ یاد رہے گا...."

بولتے بولتے ہی شاید وہ دروازے کی طرف بڑھ گئی تھی۔ کیونکہ میں اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ کی آواز کو دور جاتے سن رہا تھا۔ اچانک مجھے یاد آیا کہ اسے رخصت کرنے کے لیے مجھے دروازے تک تو جانا ہی چاہیے ورنہ وہ سوچے گی کہ میں نے اسے خدا حافظ بھی نہیں کہا۔ اس خیال کے آتے ہی میں تیزی سے اٹھ کھڑا ہوا اور اندازے سے چلتا ہوا دروازے کے پاس آکر کھڑا ہوگیا۔

نیچے سے کسی عورت کی آواز آرہی تھی جو شاید لڑکی سے ہی کہہ رہی تھی۔ "آجاؤ بیٹی.... آج تو ٹرین وقت پر آگئی۔ میں تو سمجھی تھی کہ ہمیشہ کی طرح لیٹ ہوگی۔"

لڑکی نے جواب میں کچھ نہیں کہا۔ وہ عورت پھر بولی۔ "ذرا سنبھل کر اترنا۔ لو میرا ہاتھ پکڑ لو۔ اور یہ بیگ مجھے دے دو۔ ایک تو تم نے اتنی اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کہ...."

"ارے چاچی، کچھ نہیں ہوتا اس سے۔" لڑکی درمیان میں بول پڑی۔ "لو یہ بیگ۔"

"ٹھیک ہے، چلو۔" عورت نے کہا۔

میں دروازے کے قریب ہی باہر کی جانب منہ کیے کھڑا تھا اور اس وقت مجھے لگ رہا تھا کہ وہ لڑکی جاتے جاتے پلٹ کر میری طرف دیکھ کر ہاتھ ہلا رہی ہے۔ اس کا جواب دینے کے لیے میں نے اپنا ہاتھ اٹھایا ہی تھا کہ یکایک کسی نے اپنا کوئی سامان میرے پیروں کے پاس رکھ دیا۔ ٹرین آہستہ آہستہ رینگنے لگی اور ٹھیک اسی وقت ایک مسافر ہانپتا ہوا اندر داخل ہو گیا۔ میں سمجھ گیا کہ اس اسٹیشن سے بھی صرف ایک ہی مسافر اس کمپارٹمنٹ میں سوار ہوا ہے اور یہ کوئی مرد ہے۔

میں اپنی سیٹ پر آ کر بیٹھ گیا تو اچانک میرا ہاتھ سیٹ پر رکھی ہوئی اپنی سفید فولڈنگ چھڑی سے ٹکرا گیا اور میں بری طرح سے چونک پڑا۔ مجھے یاد آ گیا کہ جب میں شالو سے ٹرین میں سوار ہو کر اس سیٹ پر آ کر بیٹھا تھا تو میں نے اپنی سفید چھڑی کو فولڈ کر کے اپنے برابر میں ہی رکھ دیا تھا اور یہ اسی وقت سے اس جگہ پڑی ہے۔ مجھے بھی اب تک اس کا خیال نہیں آیا تھا۔ جبکہ وہ لڑکی بھی اتنی دیر تک میرے سامنے بیٹھی مجھ سے باتیں کرتی رہی تھی۔ ایسی حالت میں یقیناً اس کی نظر میری سفید چھڑی پر پڑی ہو گی اور اسے یہ سمجھنے میں ذرا بھی دیر نہیں لگی ہو گی کہ میں نابینا ہوں۔

اب میرے ذہن میں یہ سوال اٹھ رہا تھا کہ میری حقیقت جان لینے کے باوجود نہ تو اس نے میری بینائی کے بارے میں کچھ پوچھا اور نہ ہی مجھ سے ہمدردی کا اظہار کیا بلکہ وہ تو اس طرح مجھ سے باتیں کر رہی تھی جیسے میں ایک نارمل شخص ہوں۔

آخر کیوں....؟

کیوں اس نے میری سفید چھڑی کو دیکھنے کے بعد بھی یہ ظاہر نہیں ہونے دیا کہ اسے میرے نابینا ہونے کا علم ہو چکا ہے....

کیوں.... ؟ اس نے ایسا کیوں کیا....؟

میں اس کیوں کا جواب ڈھونڈنے کی کوشش میں کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ اس وقت میں خود کو ایک لٹا ہوا آدمی سمجھ رہا تھا۔ مجھے یوں لگ رہا تھا کہ اس لڑکی کے جاتے ہی میری دنیا لٹ گئی ہو۔ ٹرین کی رفتار تیز ہو گئی تھی۔ سارے مناظر حسب معمول بڑی تیزی سے پیچھے جا رہے ہوں گے۔ میں اس طرح باہر کی طرف منہ کیے بیٹھا تھا جیسے یہ سارے مناظر مجھے نظر آ رہے ہوں۔ حالانکہ میرے لیے تو باہر بھی اتنا ہی اندھیرا تھا جتنا کمپارٹمنٹ کے اندر تھا۔ اچانک میں نے اپنے پیچھے قدموں کی آہٹ سنی تو میں نے گردن گھمائی۔ میرا نیا ہمسفر ہنستے ہوئے کہہ رہا تھا۔

"ارے جناب.... ہم اتنے بھی بدصورت نہیں ہیں کہ آپ نظر اٹھا کر بھی ہماری طرف نہ دیکھیں۔ مانا آپ کا پہلا ہمسفر بلا کا حسین تھا.... لیکن ایسا بھی کیا کہ دوسرے ہمسفر سے نہ دعا نہ سلام...."

"نہیں، ایسی بات نہیں ہے۔" میں نے ہنس کر کہا۔ "وہ لڑکی واقعی بہت اچھی تھی۔" اتنا کہہ کر میں چپ ہو گیا مگر پھر فوراً ہی پوچھ بیٹھا۔ "آپ بتا سکتے ہیں اس لڑکی کے بال کیسے تھے....؟ لمبے تھے یا کٹے ہوئے....؟"

"میں نے اس کے بالوں پر توجہ نہیں دی۔" اس شخص نے گمبھیر سے لہجے میں کہا۔ "میں تو صرف اس کی آنکھیں دیکھ رہا تھا۔"

"آنکھیں....؟" میں نے حیرت سے پوچھا۔

"ہاں.... نیلی گہری جھیل سی آنکھیں.... جو اس کے گلاب جیسے چہرے سے زیادہ خوبصورت تھیں.... میں نے اتنی حسین آنکھیں پہلے کبھی نہیں دیکھیں۔" اس مسافر نے کہا۔ "مگر وہ آنکھیں اس کے لیے بالکل بے کار تھیں۔"

"کیا....؟" میں چونک کر اچھل پڑا۔

"ہاں جناب.... وہ اندھی تھی۔" مسافر نے ایک گہرا سانس چھوڑتے ہوئے کہا۔ "ایک عورت اس کا ہاتھ پکڑ کر نیچے اتار رہی تھی۔ تب میں نے دیکھا، وہ اندھی تھی۔ بغیر کسی کی مدد کے اس کا کمپارٹمنٹ سے نیچے اترنا بھی محال تھا۔"

"اوہ!" میرے ہونٹ سکڑ کر رہ گئے۔ پھر اس سے پہلے کہ میں کچھ پوچھتا وہ بولا۔ "سوری، میں بیگ سے سگریٹ نکالنا بھول گیا۔ ابھی حاضر ہوتا ہوں۔" کہہ کر وہ اپنی سیٹ کی جانب بڑھ گیا اور پھر ذرا دیر بعد واپس آ کر، شاید سگریٹ کا پیکٹ میری طرف بڑھا کر بولا۔ "لیجیے سگریٹ۔"

"جی شکریہ۔ میں سگریٹ نہیں پیتا۔" میں نے اس کی طرف چہرہ کر کے جواب دیا۔ اس کے بعد لائٹر کی کلک کی آواز میں نے سنی۔ سگریٹ سلگانے کے بعد وہ اچانک اس طرح بولا جیسے کوئی بات اسے یاد آ گئی ہو۔ "ارے ہاں، ایک بات تو میں آپ سے پوچھنا ہی بھول گیا۔"

"کیا....؟" میں نے پوچھا۔

"اس لڑکی کے ساتھ آپ نے شاید دو تین گھنٹے کا سفر کیا ہوگا لیکن حیرت کی بات ہے، اس عرصے میں نہ تو آپ نے اس کا رنگ و روپ دیکھا، نہ بال اور نہ ہی اس کی آنکھیں! کیا اتنی دیر آپ سوتے رہے تھے....؟" بات ختم کر کے وہ بلاوجہ ہنسنے لگا۔

"نہیں، میں سو نہیں رہا تھا۔" میں مسکرا کر بولا۔ "بلکہ ہم دونوں تو ایک دوسرے کے سامنے بیٹھے باتیں کرتے رہے تھے۔"

"پھر تو یہ اور بھی حیرت کی بات ہے" اس نے کہا۔ "آمنے سامنے بیٹھے رہنے کے باوجود آپ نے کچھ نہیں دیکھا....؟"

"اس میں حیرت کی کوئی بات نہیں ہے جناب۔" میں نے اسی طرح مسکراتے ہوئے کہا۔ "میں تو ابھی تک آپ کو بھی نہیں دیکھ پایا ہوں۔"

"کیا....؟" اس نے چونک کر کہا۔

"جی ہاں۔" میں نے افسردہ لہجے میں، ٹھنڈی سانس بھرتے ہوئے کہا۔ "مجھے نہیں معلوم آپ کا رنگ روپ.... آپ کے بال اور آپ کی آنکھیں کیسی ہیں....؟" یہ کہہ کر میں نے اپنے قریب رکھے ہوئے بیگ کے نیچے ہاتھ ڈال کر اپنی سفید فولڈنگ چھڑی نکال کر اس کے سامنے کر دی۔

"اوہ!" وہ چونک کر بولا۔ "تو آپ بھی...."

یہاں تک کہہ کر وہ چپ ہو گیا۔

مجھے لگ رہا تھا کہ وہ اپنی پھٹی پھٹی حیرت زدہ آنکھوں سے مجھے دیکھ رہا ہے۔ ٹرین اپنی رفتار سے بھاگ رہی تھی۔ میں ایک مرتبہ پھر کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ باہر کے سارے ہی مناظر تیزی سے پیچھے کی طرف بھاگ رہے ہوں گے.... لیکن میرے لیے تو باہر بھی، ایسا ہی اندھیرا تھا جیسے کمپارٹمنٹ کے اندر!

دو گز زمین

انسان ارد گرد منڈلاتی
تمناؤں کی تتلیاں مٹھی میں
بڑی تگ و دو کرتا ہے مگر......

تحریر: لیو ٹالسٹائی
ترجمہ: وحید قیصر

پہاڑ کے دامن میں ایک چھوٹا سا گاؤں آباد تھا جس کے کھیتوں میں پتھر زیادہ تھے اور مٹی کم، یہی وجہ تھی کہ کسانوں کو دن بھر سخت محنت کرنے کے باوجود زیادہ پیداوار حاصل نہیں ہوتی تھی اور اکثر کسان غریب ہی تھے۔ ان ہی میں بابا شیرو بھی شامل تھا جس کے پاس تھوڑی زمین تھی۔ ایک گھوڑا، ایک دو بکریاں، اور چند بھیڑیں، یہ تھی اس کی کل کائنات۔ بابا شیرو، اس کا بیٹا اور بیوی سارا دن کھیت میں محنت کرتے تب کہیں جا کر وہ اپنے اور اپنے مویشیوں کے لیے تھوڑا بہت اناج اور چارہ پیدا کرنے میں کامیاب ہوتے۔

بابا شیرو کبھی کبھی سوچتا، کیا ہم ہمیشہ اسی طرح غریب رہیں گے....؟ کیا ہمارے پاس کبھی اتنا اناج پیدا نہ ہوگا کہ ہم اسے منڈی لے جا کر بیچ دیں اور اپنی ضرورت کے گرم کپڑے وغیرہ خرید سکیں۔ ہاں، یہ تھوڑی سی زمین ہمیں اس سے زیادہ کچھ نہیں دے سکتی۔ پھر اس کا دل خود ہی جواب دیتا، ہمیں خوشحال ہونے کے لیے اور زمین خریدنی ہوگی۔

یہی وجہ تھی کہ وہ ہر وقت اپنے کھیت کے ارد گرد زمین کے کسی چھوٹے موٹے ٹکڑے کو خریدنے کی فکر میں رہتا۔ ایک دن اس کی بوڑھی ہمسائی بابا شیرو کے گھر آئی اور کہنے لگی "میری زمین تمہاری زمین کے ساتھ ملتی ہے۔ میں اب بوڑھی ہوگئی ہوں اور بیٹے کے پاس شہر جا رہی ہوں۔ تم میری زمین خرید لو۔"

بابا شیرو مدت سے یہ زمین خریدنے کے خواب دیکھ رہا تھا۔ اس نے دوسرے ہی دن منڈی جا کر اپنا گھوڑا، گائے اور بھیڑ بکریاں بیچ ڈالیں اور بوڑھی ہمسائی کو قیمت ادا کر کے اس کی زمین خرید لی۔

اب بابا شیرو کا کھیت دوسرے کئی کسانوں سے

Много ли человеку земли нужно? نامی یہ روسی کہانی عالمی شہرت یافتہ ادیب لیو ٹالسٹائی نے 1886 میں لکھی تھی، اس کہانی کا دنیا کی بیشتر زبانوں میں ترجمہ ہو چکا ہے، اس کہانی کا انگریزی نام How Much Land Does a Man Need? (ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟) ہے۔ بیسویں صدی کے نصف اول میں یہ کہانی اردو میں کئی مرتبہ منتقل ہوئی۔ کسی نے اس کا نام "دو بیگھا زمین" اور کسی نے "دو گز زمین" رکھا۔

اس کہانی کا مرکزی خیال زمین کے لیے انسان کی ختم نہ ہونے والی ہوس ہے۔ پاہم Pahom (ترجمہ میں نام بابا شیرو کیا گیا ہے) نامی ایک جذباتی کسان کو زمین خریدنے کا جنون کی حد تک شوق تھا۔ اسے اطلاع ملتی کہ بہت دور بشکر گاؤں میں بہت اچھی زمین برائے فروخت ہیں اور وہ بھی نہایت واجبی داموں پر۔ گاؤں والے اسے کہتے ہیں کہ وہ سورج غروب ہونے تک جتنی زمین طے کرلے گا، وہ زمین اس کے نام کر دی جائے گی۔ یہ سن کر وہ چلنے کے بجائے دوڑنا شروع کر دیتا ہے۔ سورج ڈوبنے تک وہ بہت بڑا رقبہ طے کر لیتا ہے لیکن اس دوران وہ نڈھال ہو چکا ہے، اتنا نڈھال کہ گر پڑتا ہے اور ختم ہو جاتا ہے تب یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ "ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟" اس سوال کا جواب بھی اسی کہانی میں موجود ہے کہ ہر انسان کو زندگی کے اختتام پر صرف دو گز زمین درکار ہوتی ہے جس میں وہ دفن کر دیا جاتا ہے۔

وسیع ہو گیا اور پیداوار بھی خوب ہونے لگی۔ اس نے اپنے لکڑی کے چھوٹے سے گھر کے سامنے خوبصورت پھولوں والا ایک باغیچہ بھی لگا لیا۔ بابا شیرو صبح اپنے گھر کے دروازے پر کھڑے ہو کر دور تک لہلہاتی ہوئی فصلوں کو دیکھتا، تو اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ رہتا۔ رفتہ رفتہ اس نے گھوڑے، گائے اور بکریاں بھی خرید لیں اور مویشیوں کا ایک باڑہ بھی بنا لیا۔

خوب محنت کرنے کی وجہ سے بابا شیرو جلد دوسرے کسانوں سے مالدار ہو گیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ کئی لوگ اس سے جلنے اور لڑائی کے بہانے ڈھونڈنے لگے۔ ایک دن ایک زمیندار کے مویشی اس کے کھیت میں گھس آئے اور ساری فصل اجاڑ کر رکھ دی۔ دوسرے دن اسی زمیندار کے بیٹوں نے بابا شیرو کے باڑے کا جنگلا توڑ دیا۔ شیرو کو سخت غصہ آیا۔ اس نے زمیندار سے گلہ کیا، تو وہ لڑنے مرنے پر تیار ہو گیا۔ بابا شیرو نے گاؤں کی پنچایت کے سامنے معاملہ پیش کیا۔ پنچوں نے اس کے حق میں فیصلہ دیا اور زمیندار کو بابا شیرو کے نقصان کا معاوضہ ادا کرنا پڑا۔ اس سے آپس کی دشمنی اور بڑھ گئی۔

اس دوران کچھ اور کسان بھی بابا شیرو کو تنگ کرنے لگ گئے تھے۔ ایک کسان نے اپنے کھیتوں تک جانے کے لیے بابا شیرو کے کھیت سے مستقل راستہ بنا

لیا۔ شیر و نے یہ راستہ بند کرنا چاہا تو وہ اور اس کے حمایتی لڑنے کے لیے آ گئے۔ پھر ایک دن کچھ شرارتی لوگ رات کے وقت کلہاڑے لے کر آئے اور انہوں نے شیر و کی زمین سے پانچ قیمتی پھلدار درخت کاٹ کر گرا دیے۔ شیر و نے یہ معاملہ بھی پنچایت میں پیش کیا مگر یہ ثابت نہ ہو سکا کہ درخت کن لوگوں نے کاٹے ہیں چنانچہ کوئی فیصلہ نہیں ہوا۔

ان سب واقعات سے بابا شیر و کا دل اس گاؤں کے لوگوں سے بڑا اچاٹ ہو گیا۔ پہلے وہ اکثر سوچتا تھا کہ مزید زمین خرید کر اس گاؤں میں بہت بڑا فارم بنائے گا اور کھیتوں میں ہل چلانے کے لیے شہر سے ٹریکٹر خرید لائے گا مگر اب وہ اس گاؤں کو خیر باد کہنا چاہتا تھا۔ اس کی بیوی کا بھی یہی خیال تھا کہ کسی دوسری جگہ چل کر اچھے لوگوں میں رہنا چاہیے۔

ایک دن بابا شیر و کے گھر بہت دور سے ایک مہمان آیا۔ شیر و نے اس کی خوب خاطر مدارت کی۔ رات کو کھانا کھلایا اور گھر میں ٹھہرایا۔ اس شخص نے کہا "اگرچہ میرا گاؤں یہاں سے بہت دور ہے مگر اس کی زمین پتھریلی نہیں بلکہ بہت زرخیز ہے۔ دریا کے کنارے ہونے کی وجہ سے پانی بھی خوب ملتا ہے اور پیداوار بھی بہت ہوتی ہے۔ پھر وہاں کے لوگ بھی بہت اچھے ہیں۔ زمین زیادہ ہے اور آبادی کم، جتنی زمین چاہو خرید لو۔"

یوں بابا شیر و نے اپنی ساری زمین اور مال مویشی فروخت کیے اور نئے گاؤں میں آ کر پہلے سے بھی زیادہ گھوڑے، بکریاں، بھیڑیں اور گائیں خرید لیں۔ اب اس کا باڑہ مویشیوں سے بھرا رہتا۔ جانوروں کی گنتی کرنا مشکل تھا۔ اس کے پاس اعلیٰ نسل کے کئی شاندار گھوڑے تھے جن پر بیٹھ کر اس کے دونوں لڑکے صبح و شام دور دور تک پھیلے ہوئے کھیتوں کے کنارے کنارے گشت کرتے۔ انہوں نے ایک خوبصورت مکان بنایا اور جانوروں کے چرنے کے لیے ایک عمدہ چراگاہ بھی خرید لی۔

بے اندازہ زمین ہونے کے باوجود بابا شیر و کے دل میں یہ خواہش مچلتی رہتی کہ اور زیادہ زمین خریدی جائے۔ وہ اکثر اپنی بیوی سے کہتا "میں اس دن مطمئن ہوں گا جب میری نظروں کے سامنے پھیلی ہوئی تمام کی تمام زمین میری ملکیت ہو گی۔ ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ جب دریا پار کی منڈیوں میں اناج سے بھر ہوئی میری کشتیاں اتریں گی اور میری چراگاہوں کے جانوروں کے بڑے اچھے دام لگیں گے۔ تب میری دولت کی کوئی حد نہ ہو گی۔" وقت کے ساتھ ساتھ بابا شیر و نے ہر وہ زمین خرید لی جو کوئی فروخت کرنا چاہتا۔ آخر وہ وقت آ گیا کہ اب اس کے ہاتھ کوئی کسان اپنی زمین فروخت کرنے کے لیے تیار نہ تھا۔

پھر ایک دن ایسا ہوا کہ بابا شیر و کے گھر ایک اور مہمان آیا۔ وہ گھوڑے پر سوار تھا۔ اس نے بتایا کہ میں باشکر قبیلے سے تعلق رکھتا ہوں اور اپنے سردار کے حکم پر یہ علاقہ دیکھنے کے لیے آیا ہوں۔"

"باشکر کون ہیں.....؟" بابا شیر و نے پوچھا۔

"یہ ایک بہت مالدار قبیلہ ہے۔ ان کے خاص رسم و رواج ہیں۔ ان کے پاس وسیع و عریض چراگاہیں اور کھیت ہیں۔ چونکہ وہ خود کھیتی باڑی سے دلچسپی نہیں رکھتے اس لیے وہ ہر اس شخص کو اپنی زمین دے دیتے ہیں جو اناج اگانا چاہتا ہو۔"

لیو ٹالسٹائی (9 ستمبر 1828ء۔20نومبر 1910ء) روس کی ریاست تلاTula میں یسنایاYasnaya کے جاگیردار کے گھر پیدا ہوئے۔ آپ کے والدین بچپن میں ہی انتقال کر گئے لہٰذا وہ اور ان کے بہن بھائی مختلف رشتہ داروں کے ہاں پرورش پاتے رہے۔ بچپن میں فرانسیسی اور جرمن استادوں سے تعلیم حاصل کی، سولہ سال کی عمر میں اس نے کازاں یونیورسٹی میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے کے لیے داخلہ لیا لیکن ان کے اساتذہ انہیں نالائق طالب علم خیال کرتے تھے، ساتھی طلبا اور اساتذہ کے منفی رویے کے باعث انہوں نے اپنی تعلیم ادھوری چھوڑ کر آبائی قصبے یسنایا لوٹ آئے۔ کئی سال تک ماسکو اور پیٹرس برگ میں لوگوں کی سماجی زندگی کا مطالعہ اور کسانوں کی حالت بہتر بنانے کے منصوبے بناتے رہے۔ 1851ء میں فوج میں شامل ہو کر ترکوں کے خلاف جنگ میں حصہ لیا لیکن جلد ہی وہ فوجی زندگی سے اکتا گئے اور پیٹرس برگ آ گئے۔ آپ نے پہلا ناول 1856ء میں بچپن کے نام سے لکھا لیکن آپ کی شہرت اس وقت پھیلی جب اس نے جنگ کی ہولناکیوں کے بارے میں سیواستوپول کی کہانیاں لکھیں۔ پھر مغربی یورپ کی طویل سیاحت کی، بعد میں اپنی جاگیر پر واپس آئے کسانوں کے بچوں کی تعلیم و تربیت میں معروف ہو گئے۔ اس دوران اس نے اپنا زندہ جاوید امن اور جنگWar & Peace اور اینا کرینیناAnna Karenina لکھ کر بے پناہ شہرت حاصل کی۔

1876ء کے بعد سے روسی کلیسا کے جمود زدہ نظریات کے خلاف خیالات آپ کے ذہن میں چھائے رہے اور آپ نے عیسائیت کی نشاۃ ثانیہ کا اپنا نظریہ وضع کیا اور انسانی محبت، سکون اور اطمینان قلب اور عدم تشدد کو اپنا مسلک قرار دیا، ساتھ ہی ایک اعتراف کے نام سے ایک کتاب لکھی جس میں اپنے نظریات کو پیش کیا اور ذاتی ملکیت کے تصور کو رد کیا، انسان سے انسان کے جبر و استحصال کی شدت سے مذمت کی۔ وہ زبان اور قلم سے جمہوریت، مساوات اور اخوت کی تلقین کرنے لگے۔ آپ کے انقلابی خیالات روس سے باہر بھی مقبول ہونے لگے لوگوں پر آپ کا اثر و رسوخ اتنا زیادہ تھا کہ روس کی حکومت کو آپ کی سرگرمیوں کی مخالفت کرنے کی جرات نہ ہوئی۔ آپ اپنے نظریات کے مطابق زندگی بسر کرنا چاہتے تھے لیکن خاندان کے افراد اس کے مخالف تھے، لہٰذا دل گرفتہ ہو کر گھر چھوڑ دیا اور اپنے حصے کی ساری جاگیر اور دولت کسانوں اور مزدوروں میں تقسیم کر دی، زندگی کے آخری لمحوں تک تن کے دو کپڑوں کے علاوہ آپ کے پاس کچھ بھی نہیں تھا۔ آخرکار 20 نومبر 1910ء کو ایک اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر کسمپرسی کی حالت میں وفات پا گئے۔ شاعر مشرق علامہ اقبال کہتے تھے کہ عیسائی دنیا میں پاکیزہ زندگی، روحانیت، ترک و تجرید، درویشی و ایثار کے اعتبار سے آپ جیسی مثال مشکل سے ملے گی۔

"کیا وہاں بہت زمین ہے۔"

"ہاں، صرف بہت ہی نہیں بلکہ بہت سستی بھی اور تمہاری ان زمینوں سے بہتر بھی۔"

"تب میں وہاں ضرور جاؤں گا۔"

"آج ہی ہمارے باشکر سردار سے ملنے چل پڑو۔ وہ تمہیں اس سے بھی بڑا کھیت مٹی کے مول دے گا۔ راستہ میں تمہیں بتا دیتا ہوں۔"

دوسرے دن باہاشیرو نے اپنی تمام دولت سمیٹی اور بیوی بچوں سے جلد ملنے کا وعدہ کر کے باشکر علاقے کی طرف چل پڑا۔ روانگی سے پہلے اس نے

اپنے بیوی بچوں سے کہا۔

"اب ہم وہاں چل کر رہیں گے اور ہمارے پاس اس سے بھی زیادہ زمین ہوگی.... اتنی جتنی کسی کے پاس نہیں۔ حد نظر تک میرے ہی کھیت پھیلے ہوں گے۔ تم لوگ میری واپسی کا انتظار کرنا اور ساتھ چلنے کے لیے تیار رہنا۔"

بابا شیرو نے سفر کے لیے ایک شاندار گھوڑا اصطبل سے نکالا، دوسرے گھوڑے پر راستے کے لیے ضروری سامان اور باشکر سردار کے لیے کچھ تحفے تحائف باندھ لیے اور پھر سفر پر روانہ ہو گیا۔ وہ باشکر مہمان کے بتائے ہوئے راستے پر تین ہفتے چلتا رہا تمام راستہ بہت کٹھن اور دشوار گزار تھا آخر کار ایک دن بابا شیرو اپنی منزل پر پہنچ گیا۔

جس وقت وہ پہاڑ سے اتر کر باشکروں کی وادی میں داخل ہوا اسے چراگاہ میں دور تک پھیلے ہوئے باشکروں کے بانس پھونس سے بنے گنبد نما جھونپڑے نظر آئے۔ اس اجنبی کو دیکھتے ہی باشکر قبیلے کے مرد، عورتیں اور بچے اس کی طرف لپکے۔ انہوں نے اس کا گرم جوشی سے استقبال کیا اور اپنے سردار کے خیمے میں لے گئے جو ایک بلند چوٹی پر نصب تھا۔

"میں نے آپ کے علاقے کی بڑی تعریف سنی تھی اور یہ بھی سنا تھا کہ یہاں زمین بہت زیادہ اور بہت سستی ہے" بابا شیرو نے سردار کے سامنے تعظیم بجالاتے ہوئے کہا۔

"بے شک" سردار نے جواب دیا"کیا تم اناج پیدا کرنا جانتے ہو....؟"

"جی ہاں۔ یہاں سے دور، دریا کے کنارے میری وسیع و عریض زمینیں ہیں اور منڈیاں میرے غلے سے ہر وقت بھری رہتی ہیں۔ میرے مویشیوں کا بھی کوئی حساب نہیں۔"

"خوب! ہمیں اعلیٰ نسل کے گھوڑے اور اناج کی ضرورت ہے۔" سردار نے کہا۔"اگر تم یہ چیزیں مہیا کر سکو تو ہم تمہیں یہاں سے وہاں تک یہ ساری وادی، یہ تمام علاقہ دینے کے لیے تیار ہیں۔"

"یہ تمام علاقہ! اوہ دور تک یہ ساری زمین....! آپ مجھے دے دیں گے....؟" بابا شیرو نے دونوں ہاتھوں سے اپنے سامنے پھیلی ہوئی زمین کی طرف اشارہ کرتے ہوئے حیرت سے پوچھا۔

"ہاں۔ یہ ساری زمین حد نظر تک تمہاری ہوگی۔"

"حد نظر تک میری ہوگی۔" بابا شیرو کی باچھیں کھل گئیں "مگر.... مگر.... اس کی قیمت....؟ میں اپنے ساتھ کافی رقم لایا ہوں سردار!"

"قیمت وغیرہ کچھ نہیں، تمہیں ایک شرط پوری کرنا ہوگی" سردار نے کہا۔

"وہ کیا....؟"

"وہ یہ کہ کل صبح سورج نکلتے ہی تم یہاں سے بائیں سمت چل پڑو اور سامنے پھیلے ہوئے پہاڑی سلسلے کے ساتھ ساتھ چلتے ہوئے سورج ڈوبتے ہی یہ سارا نصف دائرہ مکمل کر کے دائیں جانب سے واپس پہنچ جاؤ۔ اگر تم ایسا کرنے میں کامیاب ہو گئے تو یہ تمام زمین جس کا تم احاطہ کرو گے، تمہیں مفت دے دی جائے گی اور اگر ایسا نہ کر سکے تو تم شرط ہار جاؤ گے اور یہ دولت جو تم ساتھ لائے ہو، ہماری ہو جائے گی۔" سردار نے بابا شیرو کی سکوں سے بھری ہوئی تھیلی کو دیکھتے

ہوئے کہا۔

"ٹھیک! مجھے منظور ہے یہ شرط!"

"تو پھر پکی ہوگئی یہ بات!" سردار نے شیرو کے ہاتھ پر ہاتھ مارتے ہوئے کہا۔ اگلی صبح منہ اندھیرے ہی قبائلی سردار، اس کے ساتھی اور بابا شیرو مقررہ جگہ پر پہنچ گئے۔ بابا شیرو کو لکڑی کی چھوٹی چھوٹی سرخ تیلیوں کا ایک گٹھا دیا گیا اور ہدایت کی گئی کہ وہ جس راستے سے گزرے، تھوڑے تھوڑے فاصلے پر ایک ایک تیلی زمین پر گرایا جائے۔ سردار نے بابا شیرو کو اس کی ٹوپی اور سکوں سے بھری ہوئی تھیلی زمین پر رکھ دینے کا حکم دیا اور بولا۔

"یاد رکھنا، تم نے اس ٹوپی کو ہاتھ لگا کے روانہ ہونا اور سورج کی آخری کرن بجھنے سے پہلے یہاں واپس پہنچنا ہے۔"

بابا شیرو نے جوانوں کی طرح سینہ تان کر اور دونوں ہاتھ پھیلا کر وادی کی وسعت کا اندازہ لگایا پھر سوچا، پہاڑی سلسلے کے ساتھ ساتھ چلا جائے تو چالیس پچاس میل بن جائیں گے۔ "خیر کوئی بات نہیں۔" اس نے دل ہی دل میں کہا "میں یہ شرط جیت کر دکھاؤں گا۔ اور پھر یہ حد نظر تک پھیلی ہوئی زمین میری ہو جائے گی۔ تب اس پورے علاقے میں مجھ سے بڑا کوئی زمیندار نہ ہوگا۔"

وہ آنے والے دنوں کے سہانے تصور میں کھویا ہوا تھا کہ ڈھلے ڈھلائے سورج کی پہلی کرن نے مشرق سے جھانکا اور اس نے اپنی ٹوپی چھو کر اپنے سفر کا آغاز کر دیا۔ بابا شیرو پہلے تو کچھ دیر تک بہت تیزی کے ساتھ دوڑتا رہا پھر جلد ہی ہانپنے لگا۔ اس نے سوچا کہ یوں تیز دوڑنے سے کوئی فائدہ نہیں۔ سارا دن پڑا ہے، ابھی سے اپنی ٹانگوں کو تھکا لینا حماقت ہے چنانچہ اس نے دوڑنے کے بجائے لمبے لمبے قدم اٹھانے، شروع کر دیے۔ ہر آدھ گھنٹے کے بعد وہ زمین میں ایک تیلی گاڑ دیتا۔

اب وہ پہاڑ سے نیچے اتر آیا اور نصف دائرے کی صورت میں پھیلے ہوئے سلسلہ کوہ کے ساتھ ساتھ چل رہا تھا۔ اسے چلتے ہوئے ایک گھنٹہ گزر چکا تھا۔ اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا، پہاڑ پر کھڑے ہوئے باشگر بونوں کی طرح نظر آ رہے تھے۔ لیکن ابھی تک وہ پہاڑ کے بائیں سرے ہی پر تھا اور میلوں کا سفر باقی تھا۔ اس نے سوچا، یوں کام نہیں چلے گا چنانچہ پھر دوڑنے لگا۔ اسی تگ و دو میں اس کا سانس پھول گیا اور اسے ایک جگہ ٹھہر جانا پڑا۔ کچھ دیر ستانے کے بعد بابا شیرو پھر دوڑنے لگا۔ اب سورج بہت اوپر آ چکا تھا اور دھوپ تیز ہو چکی تھی۔ اسے گرمی لگنے لگی چنانچہ اس نے اپنا کوٹ اتار کر پھینک دیا۔

اب وہ تھکے تھکے قدموں سے دوڑ رہا تھا۔ اس کی کوشش یہ تھی کہ لمبے لمبے قدم اٹھائے تاکہ سورج ڈوبنے سے پہلے پہاڑی پر واپس پہنچ جائے۔ کبھی کبھی اس کے قدم بے ڈھنگے پتھروں پر پڑتے۔ پیر درد کی شدت سے چیخ اٹھتے مگر اس کا حوصلہ پھر بھی کم نہ ہوتا.... تب وہ ایک نظر اپنے دائیں جانب میلوں تک پھیلی ہوئی زمین کو دیکھ لیتا جس کا وہ مالک بننے والا تھا۔ یوں اس کی تکلیف کا تمام احساس ختم ہو جاتا۔

دوپہر کے وقت اس نے ایک درخت کے نیچے کپڑے میں باندھی ہوئی روٹی نکال کر کھائی اور بوتل سے پانی پیا۔ پھر یہ اندازہ لگایا کہ کتنا فاصلہ باقی ہے۔ آدھا دن گزر چکا تھا مگر راستہ صرف ایک تہائی طے

ہوا تھا۔ یہ سوچ کر بابا شیرو نے اپنی رفتار تیز کر دینے کا فیصلہ کیا۔

اب دوپہر ڈھل رہی تھی اور جوں جوں پہاڑوں کے سائے بڑھ رہے تھے، شیرو کے دل کی دھڑکن بھی تیز ہوتی جا رہی تھی۔ مسلسل دوڑنے کی وجہ سے وہ بالکل بے حال ہو چکا تھا۔ قدم کہیں رکھتا تو پڑتا کہیں تھا۔ اس نے تھوڑی دیر بعد بیٹھ کر سستانا بھی چھوڑ دیا کیونکہ ابھی اس نے بمشکل آدھا فاصلہ طے کیا تھا۔ ایک مرتبہ اسے خیال آیا، باقی راستہ وہ پہاڑ کے ساتھ ساتھ چلنے کے بجائے زمین کے بیچ سے گزرتے ہوئے طے کرے لیکن پھر خود کو ملامت کرتے ہوئے بڑبڑایا ''نہیں اس طرح تو میں اس ساری زمین کا مالک نہیں بن سکوں گا۔ یہ ساری زمین میری ہو سکتی ہے بس ذرا ہمت سے کام لینا ہوگا۔ مجھے اس کا کوئی ٹکڑا نہیں چھوڑنا'' چنانچہ اس نے اپنا سفر جاری رکھا۔

اب شام ہو رہی تھی اور وہ کئی گھنٹے سے دم لینے کے لیے کہیں نہیں ٹھہرا تھا۔ اس بوڑھے کی ہمت واقعی ناقابل داد تھی کہ اس نے اچھا خاصا فاصلہ طے کر لیا تھا۔ اس دوران بابا شیرو کی ٹانگوں کے پٹھے اکڑ گئے تھے اور پھیپھڑے پھٹ رہے تھے مگر وہ برابر دوڑے جا رہا تھا۔ اب اسے یقین ہو چلا تھا کہ وہ سورج کی آخری کرن کے چھپنے سے قبل مقررہ جگہ واپس پہنچ جائے گا۔

اس نے اپنے جوتے جو بری طرح پھٹ چکے تھے، اتار پھینکے پانی کی خالی بوتل اور روٹی والا تھیلا ایک طرف پھینکا اور دوسرے تمام فالتو کپڑے بھی پھینک دیے اور آخری چند تیلیاں پکڑے مقررہ جگہ پہنچنے کے لیے پہاڑ پر چڑھنے لگا جس پر باشکر کھڑے اس کا انتظار کر رہے تھے۔

سورج تیزی سے مغربی پہاڑوں میں ڈوب رہا تھا۔ آخری چند کرنیں چوٹیوں کو جگمگا رہی تھیں کہ باشکر سردار اور اس کے ساتھیوں نے بوڑھے شیرو کو اپنی طرف بڑھتے ہوئے دیکھ لیا۔ شیرو کو بھی غالباً یہ لوگ نظر آ گئے۔ اس کی حالت یہ تھی کہ آنکھیں قریب قریب بند ہو رہی تھیں۔ منہ پورا کھلا ہوا تھا، زبان باہر نکلی ہوئی تھی، سانس دھونکنی کی طرح چل رہی تھی اور گردن کسی مردہ شے کی طرح کندھوں پر لٹک رہی تھی مگر قدم تھے کہ کسی مشین کی طرح اٹھ رہے تھے۔

''آفرین ہے اس بڈھے کی ہمت پر!'' سردار نے کہا جونہی سورج کی آخری کرن ڈوبی بڈھے شیرو نے نڈھال اور تھکان سے چور بے جان جسم سردار کے قدموں پر گرا دیا۔ اس کے لپکتے ہوئے ہاتھ نے مقررہ نشانے یعنی ٹوپی کو چھو لیا تھا۔ بڈھا زمین کی بازی جیت چکا تھا مگر اس نے جان کی بازی ہار دی۔ باشکر سردار نے جھک کر بڈھے کے مردہ جسم کو سیدھا کرنے کی کوشش کی مگر اس کی ٹانگیں اور سارا جسم اکڑ چکا تھا۔

سردار کے حکم پر وہیں بڈھے کی قبر کھود دی گئی اور اسے دفن کر دیا گیا۔

''اس کی اصل ضرورت بس دو گز زمین تھی!'' باشکر سردار نے افسوس کے لہجے میں کہا اور اپنے ساتھیوں کے ہمراہ سر جھکائے اپنے خیمے کی طرف چلا گیا۔

پارس

آفرین ارجمند

کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا طاقت اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔

بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معتبر خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔ مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی.... مرد کی انا اور عونت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے کئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں۔ اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

گیارہویں قسط:

کلثوم کی سسکیوں نے ماحول میں اداسی بھر دی تھی۔ اس کی آہوں میں بے تحاشا تڑپ تھی۔

سکینہ کلثوم کو سینے سے لگائے نرمی سے اس کے بالوں میں انگلیاں پھیرتی اس کے زخموں کو بھرنے کی کوشش کر رہی تھی۔

سکینہ کا خمیر تو رب نے جیسے محبت کی مٹی سے گوندھا تھا۔ وہ کسی بچے کو جنم دے کر ماں تو نہ بن پائی

تھی مگر ممتا کے جذبے سے لبریز سر تاپا بس پیار ہی پیار تھی۔ کلثوم کے دل کو بھی سکون ملنے لگا۔ وہ ٹھنڈک جو وہ اب تک ماں کی گود میں تلاش کرتی رہی تھی آج اس کو سکینہ کی گود میں مل رہی تھی۔ ان لمحات میں کلثوم نے بھی خود کو نہ روکا۔ دل کے کونے کونے سے آنسو کا ایک ایک قطرہ جمع کر کے آنکھوں سے نکالتی رہی۔ خود کو اس بوجھ سے آزاد کرتی رہی۔

"اتنا کچھ ہو گیا اور ہمیں خبر بھی نہ ہوئی۔" سکینہ دکھ سے بولی

"خالہ، تجھ سے ملنے کی اجازت کس کو ہے بھلا اور ویسے بھی ابے نے تو میری منگنی ٹوٹنے کی بھنک بھی نہیں پڑنے دی۔ تو تو شادی میں بھی نہیں بلائی گئی تھی۔" وہ سکینہ سے لپٹے لپٹے آہستہ سے بولی

"ہاں پتہ ہے مگر پھر بھی...." سکینہ کے لہجے میں دکھ کے ساتھ چڑ بھی تھی۔

بات کرتے اس کی نظر پارس پر پڑی جو بالکل خاموش کھڑی کلثوم کو غور سے دیکھے جا رہی تھی۔ اس کے چہرے پر گہری سنجیدگی طاری تھی۔

کلثوم کی سسکیوں میں کمی آرہی تھی مگر ابھی بھی وہ سکینہ سے لپٹی ہوئی تھی۔

سکینہ نے نوٹ کیا پارس کی نگاہ کلثوم کے گلے میں پڑے تعویذ پر تھی جسے اس نے مٹھی میں بھینچا ہوا تھا۔

"ساجد.... ساجد" وقفے وقفے سے اس کی دبی سسکیوں میں ساجد کی پکار بھی شامل ہو رہی تھی۔

"کاش میں اس سے مل سکتی۔ کاش وہ میرے پاس آجائے۔" وہ بے اختیار آنکھیں بھینچ کر بولی

"اسے آنا ہوتا تو وہ جاتا ہی کیوں؟" سکینہ نے ناگواری سے کہا۔ "بزدل کہیں کا ہونہہ"

"نہیں خالہ وہ ایسا نہیں ہے" وہ سر اٹھا کر بولی۔

"اسے ماسے نے ڈرایا ہو گا، مامی نے دوپٹہ ڈالا ہو گا وہ مجبور ہو گیا ہو گا۔" کلثوم اس کی طرف داری میں ایک سانس میں بولتی چلی گئی۔ ایک لمحے کو اس کی آنکھوں میں ایک چمک سی لہرائی۔

"خالہ! کہو نہ چاچے سے وہ تو شہر جاتا ہے اس سے کہو وہ میرے ساجد کو ڈھونڈ لائے۔ مجھے یقین ہے وہ میرا حال سنے گا تو دوڑا چلا آئے گا۔" وہ سکینہ کی آنکھوں میں دیکھنے لگی۔

"بیوقوفی ہے تیری۔ اب تک تو وہ تجھے بھول بھی چکا ہو گا۔" سکینہ بولی

"نہ خالہ ایسا مت بول" وہ دہائی دینے لگی "تجھے رب کا واسطہ مجھے ایک بار اس سے ملوا دے" اس نے ہاتھ جوڑ لئے۔

"ارے ارے کیا کر رہی ہے تو"۔ اس نے اس کا چہرہ پیار سے ہاتھوں میں لے لیا

"کیا کرے گی اس سے مل کر وہ کونسا تجھے اپنا لے گا۔" سکینہ نے تلخی سے کہا

"نہیں خالہ۔ بس ایک بار میں اس سے پوچھنا چاہتی ہوں مجھ میں اسکی کیا کمی تھی۔ کیا بگاڑا تھا میں نے اس کا۔" کہتے کہتے اس کی آواز رندھنے لگی

"میں اس کو اپنے زخم دکھاؤں گی جو اس سے وفا نبھانے کی سزا میں میں نے کھائے ہیں۔" اس نے گردن پر پڑے گہرے نیل پر ہاتھ رکھتے ہوئے کہا۔

"اچھا اچھا میں بات کروں گی۔" اسے بے قابو ہوتا دیکھ کر سکینہ نے جلدی سے ہامی بھری۔

"بس تو خود کو سنبھال...." اس کے وعدے پر

کلثوم کی سسکیاں پھر معدوم ہونے لگیں۔
وہ کچھ پرسکون ہو گئی تھی شاید ساجد سے ملنے کی آس نے اسے خود کو سنبھالنے کا حوصلہ دے دیا تھا۔
وہ تعویز کو مٹھی میں دبائے نہ جانے کیا سوچنے لگی۔
"باجی.... " پارس نے جس کی نظر اب بھی تعویز پر تھی، ہمت کر کے کلثوم کو دھیرے سے پکارا جیسے کچھ کہنا چاہ رہی ہو۔
"ہاں" کلثوم نے سر اٹھایا۔
"وہ.... باجی...." پارس ذرا دیر ٹھہری
"ہاں بول ناں"
"وہ.... اگر آپ برا نہ مانیں تو کیا میں یہ تعویذ دیکھ سکتی ہوں۔ اس نے جھجکتے ہوئے کہا۔
کلثوم کی تعویز پر گرفت اور مضبوط ہو گئی۔ جس کا شاید مطلب نہ تھا۔
"اگر آپ کو پسند نہیں تو کوئی بات نہیں۔ میں تو بس ایسے ہی...." پارس کے چہرے پر مایوسی بکھر گئی
"پارس کسی کی چیزیں ایسے نہیں پڑھتے۔" کلثوم کا مزاج بدلتے دیکھ کر سکینہ نے اسے ٹوکا
مگر سکینہ خود بھی سوچ میں پڑ گئی تھی وہ جانتی تھی کہ پارس بغیر مطلب ایسی بات کہہ نہیں سکتی۔
"معاف کرنا باجی میں تو بس .... " پارس شرمندہ ہو گئی۔
"ارے نہیں ایسی کوئی بات نہیں، لے دیکھ لے۔" سکینہ کی سرزنش کا اثر کلثوم پر بھی ہوا۔ اس نے جلدی سے تعویذ ڈوری سے نکال کر کھول دیا اور آگے بڑھ کر رقعہ پارس کے ہاتھ میں تھما دیا۔
"آپ کی اجازت ہے ناں۔" پارس نے رقعہ کھولنے سے پہلے پھر پوچھا

"ہاں ہاں پڑھ لے۔ یہی تو آخری نشانی ہے میری محبت کی۔" اس کی آنکھوں میں پھر آنسو بھرنے لگے وہ ہتھیلی سے آنکھیں ملنے لگی
پارس نے وہ رقعہ کھول کر پڑھنا شروع کر دیا۔
ایک بار.... دوسری بار.... تیسری بار.... اس نے ہر بار ایک نظر کلثوم پر ڈالی اور پھر رقعہ پر
"کیا ہو گیا۔ ایسے کیا کر رہی ہے۔"
"ایسا کیا ہے اس کاغذ میں۔" سکینہ کو بھی تجسس ہوا وہ کھسک کر پارس کے قریب ہو گئی
پارس نے ماں کی طرف دیکھا "اماں وہ...."
"اب کچھ بول بھی" دونوں بے چین ہو گئیں۔
"ہم ہم.... " پارس گلا کھنکھارنے لگی۔
"باجی آپ سے ایک بات پوچھنا چاہتی ہوں۔" اس نے اٹکتے ہوئے کہا۔
"ہاں پوچھ...."
"باجی کیا سچ میں یہ تعویز آپ نے ساجد بھائی کو کبھی دکھایا تھا....؟"
پارس کے سوال پر کلثوم نے اسے گھورا۔
"ہاں!.... ایک واری نہیں دس واری۔"
"اچھا...." اس کی آنکھوں میں الجھن تیر گئی۔
"ہاں تو اس میں ایسی کیا بات ہوئی۔" کلثوم بولی
"اب کچھ بول بھی زبان سے، مجھے تیری خاموشی سے گھبراہٹ ہو رہی ہے۔" سکینہ بے چینی سے بولی۔
"اچھا.... تو کیا ساجد بھائی نے آپ سے اس تعویز کی تحریر کے بارے میں کبھی کچھ کہا۔" اس نے پھر سوال کیا۔
"نہیں وہ کچھ نہیں کہتا تھا بس مسکرا دیتا تھا۔"

"ہاں.... کبھی کبھی مجھے چڑانے کے لئے خوب زور زور سے ہنستا بھی تھا۔"

"میں چڑتی.... تو کہتا اس کا تعویذ بنا کر گلے میں ڈال لے۔" وہ سامنے دیوار کو گھورتے ہوئے بولے جا رہی تھی جیسے کہ فلم چل رہی ہو۔ وہ مسکرانے لگی سنہری یادوں میں کھونے لگی

"شاید وہ یہ سب مذاق میں کہتا تھا مگر میرے لئے اس کا یہ مزاق میری زندگی بن گیا۔" اس کے لبوں پر پل بھر چمکل جانے والی مسکراہٹ اگلے ہی پل میں پھیکی پڑ گئی۔

"زندگی نہیں باجی زندگی بھر کا روگ۔" پارس بے ساختہ بولی

"اف.... یہ کیا بکواس کئے جا رہی تو.... لا دے مجھے" سکینہ نے پارس کے مسلسل سوالوں سے تنگ آکر رقعہ اس کے ہاتھ سے چھین لیا۔

مگر جیسے جیسے پڑھتی گئی۔ اس کی نگاہیں تحریر پر جمنے لگیں۔

کلثوم سے بھی اب برداشت نہ ہوا۔ "خالہ دے دے مجھے۔" اس نے سکینہ کے ہاتھ سے رقعہ چھین لیا۔ سکینہ کا ہاتھ کھلا کا کھلا رہ گیا اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

"پہلے میری بات سن لو باجی۔" پارس نے ہمت کی۔ "آپ نے بتایا تھا کہ جس سہیلی سے یہ رقعہ پڑھوایا تھا وہ پڑھی لکھی نہ تھی صرف سمجھ بوجھ سے کام چلا لیتی تھی۔ ہیں ناں؟" اس نے سوال کیا

"ہاں تو....؟"

"مگر باجی میں پڑھی لکھی ہوں۔ میرا مطلب یہ کہ ہم دونوں یہ تحریر پڑھ بھی سکتے ہیں اور سمجھ بھی سکتے ہیں۔" پارس نے سکینہ کی طرف دیکھتے ہوئے کہا

"ہمیں پتہ ہے اس میں کیا لکھا ہے۔"

"ارے تو بولو ناں کیا لکھا ہے اس میں یہی نہ کہ وہ مجھ سے محبت کرتا ہے۔"

پارس نے مدد کے لیے ماں کی طرف دیکھا۔

سکینہ نے کلثوم کا ہاتھ تھام کر کہا "دیکھ کلثوم پہلے پارس کی بات تسلی سے سن۔"

"تو سن تو رہی ہوں یہ کچھ آگے بولے تو۔" وہ تنگ گئی

"ہاں تو سن...." سکینہ بولی

"دراصل اس کاغذ کے ٹکڑے پر وہ نہیں لکھا جو تو اب تک سمجھتی رہی ہے۔ تیری نادان سہیلی سے غلطی ہو گئی ہے پتر۔" سکینہ بھی لفظ جمع کرنے لگی

"یہ کیا بکواس ہے۔" کلثوم نے سکینہ کا ہاتھ جھٹک دیا۔ سکینہ اس کی ذہنی حالت سمجھتے ہوئے اس کی بدتمیزی ضبط کر گئی۔

"دیکھ پتر.... پہلے پوری بات آرام سے سن لے، دراصل یہ جو تعویز ہے کسی کی کاپی کا پھٹا ہوا ٹکڑا ہے اور اس تعویز میں جو لکھا ہے دلدار تسیم اور رفیق اچھے دوست.... یعنی یہ کسی کی تحریر کا بچا ہوا حصہ ہے۔" سکینہ نے ایک ہی سانس میں بات پوری کی۔

"آپ کی سہیلی غلط سمجھیں وہ لفظ جوڑنے میں غلطی کر گئیں۔" پارس نے بات مکمل کی۔

کلثوم گنگ سی دونوں کو گھورنے لگی پتہ نہیں وہ صدمے میں تھی یا شک کر رہی تھی۔ اس کے چہرے پر ایک رنگ آرہا تھا ایک جا رہا تھا۔

"یہ سچ کہہ رہی ہے کلثوم" سکینہ بولی۔

"مجھے تو لگتا ہے شاید ساجد نے شرارت میں تجھے

چڑانے کے لئے یہ ٹھیکرے میں لپیٹ کر مارا ہوگا۔"

"ویسے بھی وہ اس پڑیا میں چنے کھارہا تھا۔ ہیں ناں۔" سکینہ نے اس کی بتائی ہوئی وہرائی۔ کلثوم نے اثبات میں سرہلایا۔

"پر..... وہ ایسا کیوں کرے گا؟" اس کی آواز میں لرزہ تھا

"اگر ایسا تھا تو ساجد تو شہر سے تین جماعتیں پاس تھا اس نے تو کبھی بھی.... اس کی آواز حلق میں اٹک گئی۔" اس کا مطلب اس کا مطلب کہ...." وہ جملہ پورا نہ کرسکی لفظ جیسے آنسو بن کر ٹپکنے لگے۔

"ن ن نہیں.... وہ ایسا نہیں کر سکتا" اس نے بچوں کی طرح سرنہ میں ہلانا شروع کردیا۔

"میرا دل نہیں مانتا۔" اس نے دایاں ہاتھ دل پر رکھ لیا۔ "وہ ایسا نہیں ہے۔" اس کی گردن نہ میں اور زور سے ہلنے لگی۔

"ہم جن سے پیار کرتے ہیں ان کی تضحیک نہیں کرتے باجی۔" اسے کشمکش میں دیکھ کر پارس بولی

"تفں.... ک" وہ اٹکی

"یہ کیا ہوتی ہے؟" کلثوم نے سوال کیا۔

پارس کو بے اختیار اس پہ پیار بھی آیا اور ترس بھی۔ "باجی تضحیک.... میرا مطلب ہے ہم جن سے محبت کرتے ہیں ان کی عزت کرنا ہم پر فرض ہو جاتی ہے، اور وہ تو آپ کے ساتھ پتہ نہیں کیسے کیسے مذاق...."

"بس چپ کر پارس...." کلثوم نے پارس کی بات کاٹی۔

"میرا مطلب کہ ایسے حساس لمحوں پر مرغیاں اچھالنا، اپنی غلطی پر اکڑ دکھانا کوئی اچھی بات تو...."

سکینہ نے پارس کا کندھا زور سے دبایا۔

"چپ کر پارس۔"

کلثوم کی حالت غیر ہونے لگی تھی۔ وہ شدید صدمے میں تھی۔ وہ اچانک سے خاموش ہوگئی اس کا چہرہ بے تاثر ہوگیا تھا۔ اس کی آنکھیں یکایک جیسے خشک ریگستان بن گئی ہوں، پارس کے الفاظ اس کے اندر کہیں، بہت کاری ضرب لگا رہے تھے۔ مگر شاید وہ اپنی عزت نفس کو پہچان نہ سکی۔ سخت سردی میں بھی اس کا ماتھا بھیگنے لگا۔

"کلثوم پتر ہوش کر" اس کی اچانک خاموشی اور حالت سے گھبرا کر سکینہ نے اسے جھنجھوڑا۔

"ہم ہاں ہاں خالہ۔ میں ٹھیک ہوں" وہ چہرے پر آئے پسینے کو دوپٹے سے صاف کرنے لگی۔

"کلثوم...." سکینہ نے اسے غور سے دیکھا

"خالہ میں ٹھیک ہوں۔" وہ بے تاثر لہجے میں بولی، مگر پھر اچانک دھاڑیں مار کر رونے لگی۔ سکینہ نے اسے گلے سے لگالیا مگر اس نے سکینہ کو پیچھے دھکیل دیا۔

"کاش میں تجھ سے نہ ملتی خالہ۔" وہ چیخی۔

"کم سے کم کچھ بھرم تو رہ جاتا میرا۔" وہ دونوں ہاتھوں میں منہ چھپا کر رونے لگی۔ سکینہ اس اچانک الزام تراشی پر چونکی

"ہائے میری بدنصیبی، تو نے میری جینے کی آخری آس کو بھی ختم کردیا۔" وہ ہتھیلیوں سے آنکھیں رگڑتی کھڑی ہوگئی۔

"پاگل ہوگئی ہے تو۔" سکینہ نے اسے ڈانٹا

"مرے شکر کر دیر سے صحیح پر سچائی تیرے سامنے تو آگئی۔"

"سچ تو یہ ہے کہ ساجد بھائی نے آپ سے کبھی پیار کیا ہی نہیں۔ آپ اب تک سراب کے پیچھے بھاگ رہی تھیں باجی۔" پارس ہمت کر کے بولی

"میں نہیں مانتی۔ میرا دل نہیں مانتا خالہ، وہ جھوٹا نہیں تھا۔ اس کی آنکھیں جھوٹ نہیں بولتی تھیں۔ مجھے پتہ ہے۔" وہ جیسے اس کی وکیل بن گئی

"یہ جھوٹ بولتی ہے اپنی پڑھائی کا رعب جتا رہی ہے مجھ پر۔" کلثوم کی نگاہوں میں پارس کے لئے نفرت تھی۔

"گاؤں والے صحیح کہتے ہیں تم لوگوں سے دور رہنا ہی اچھا۔" وہ دونوں ہاتھوں سے خود کو پیٹنے لگی۔

"کیسی لڑکی ہے رے تو....." سکینہ نے کلثوم کو جھنجھوڑا۔ "اس بے وفا نے تیرا مذاق بنایا ہے۔ اور تو اس دھوکہ باز کی خاطر ہمیں کوس رہی ہے۔"

"اماں چپ ہو جائیں۔" پارس نے سکینہ کو ٹھنڈا کرنے کی کوشش کی۔ "باجی ابھی ٹھیک نہیں۔ یہ صدمے میں....."

"ہاں میں ٹھیک نہیں ہوں۔ مذاق میرا اس نے نہیں بنایا بلکہ تو بنا رہی ہے۔" وہ چیخی مگر دوسرے ہی لمحے سسکیاں لینے لگیں۔

"ارے ظالم..... تو نے میرے جینے کی وجہ مجھ سے چھین لی۔ جھوٹی ہی سہی پر آس تو تھی ایک مان تو تھا کہ کسی نے مجھے چاہا تھا۔" وہ ہذیان بکنے لگی۔ "پر تم لوگوں سے یہ بھی برداشت نہ ہوا۔" پارس نے سکینہ کو دیکھا جو اتنا جواب غصے سے کلثوم کو گھور رہی تھی۔

اسے اب کلثوم پر ترس نہیں غصہ آرہا تھا۔ "باجی.....نامکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک ہوتا ہے۔"

"اف اف..... تیری یہ عجیب عجیب باتیں..... مجھے تو لگتا ہے کسی چڑیل کا سایہ ہے اس پر۔" کلثوم نے کانوں پر ہاتھ رکھ لئے

"چپ کر پارس اسے نہیں سمجھ آئے گا" سکینہ نے پارس کو پیچھے کیا اسے کلثوم کا بولنا بہت برا لگ رہا تھا۔

"کلثوم او کلثوم۔" دروازے پر ہونے والا شور سب کی توجہ اس طرف لے گیا۔

"یہ تو رشید ہے۔" اس کا غصہ چند لمحوں میں ڈر میں بدل گیا

"ہائے.....اب کیا ہوگا" کلثوم سہم کر سکینہ کے پیچھے ہوگئی۔ اسے یوں خوف زدہ دیکھ کر سکینہ اپنا غصہ پی گئی۔

"ڈر مت۔ کچھ نہیں ہوگا" وہ دھیرے سے بولی۔ دروازہ ایک بار پھر زور سے بجا۔

"دروازہ کھول خالہ۔" کلثوم کے چھوٹے بھائی رشید کی آواز ابھری۔

"تو رک بیٹی، میں دیکھتی ہوں۔" سکینہ اسے حوصلہ دے کر دروازے کی جانب بڑھ گئی۔

اس نے دروازے کا ایک پٹ کھولا "کیا ہے؟"

سامنے کلثوم کا چھوٹا بھائی رشید کھڑا تھا۔

"باجی کو بھیج خالہ وا بے بہت غصے میں ہے۔" وہ وہیں کھڑے کھڑے بدتمیزی سے بولا۔ اس کے اس انداز پر سکینہ کے ماتھے پر بل پڑ گئے۔

"او تجھے کچھ تمیز بھی ہے۔ نہ سلام نہ دعا باجی کو بھیج ابے غصے میں ہے" سکینہ نے رشید کی نقل اتاری۔

"سلام۔" رشید نے بے اعتنائی سے کہا۔ "اب

بھیجو اسے۔ اتنا فالتو کا وقت نہیں ہے میرے پاس۔"

"کلثوم او کلثوم باہر آ" وہ سکینہ کی پرواہ کیے بغیر وہیں سے چیخا۔ کلثوم اور پارس دونوں کمرے کے دروازے سے لگی یہ منظر دیکھ رہی تھیں۔

"ارے ارے۔ یہ تو اپنی بڑی بہن کا نام کیسے لے رہا ہے۔ تیرے یہ تیور اور بدتمیزی" سکینہ کو طیش آنے لگا

"بڑی ہے تو کیا، میں اس کا بھائی ہوں۔ چاہوں تو دو تھپڑ بھی لگاؤں۔" مرد ہونے پر خاندانی غرور اس کے لہجے میں جھلک رہا تھا۔ اس کی یہ بات سن کر پارس نے محسوس کیا کہ کلثوم کے جسم میں جھرجھری کی لہر دوڑ گئی تھی۔

"ارے بے شرم آٹھ سال بڑی ہے تجھ سے، اس نے پوتڑے دھوئے ہیں تیرے اور تو اس پر ہاتھ اٹھائے گا۔ آگے دو لفظ تو بول تھپڑ تو میں لگاتی ہوں تجھے۔" سکینہ نے غصے میں ہاتھ بلند کیا۔ پارس دوڑ کر ماں کے قریب پہنچ گئی۔ اس نے جلدی سے ہاتھ پکڑ لیا۔

"نہیں اماں، وہ نہیں سمجھے گا۔ آپ جانے دیجئے باجی کو۔" وہ بولی

"ارے دو جوتے پڑیں گے تو عقل ٹھکانے آجائے گی اس بدتمیز کی۔ چل جا یہاں سے۔ میں خود اسے لے کر آتی ہوں۔" اس نے رشید کو جھڑکا جو بدتمیزی سے سکینہ کو گھور رہا تھا۔

"اونہہ خالہ تیرے آنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ اماں نے کہا ہے کلثوم کو چوٹی سے پکڑ کر لا۔"

"ٹھہر جا بدتمیز" اب تو سکینہ کی برداشت سے باہر تھا۔ اس نے چپل ہاتھ میں اٹھالی۔

"یہ کیا ہو رہا ہے؟" بھاری آواز پر رشید اچھل کر پیچھے ہو گیا اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا۔ شفیق کو سامنے دیکھ کر اس کی گھگھی بندھ گئی "کک کچھ نہیں چاچا"

"کچھ نہیں، تو یہ سب کیا ہے....؟" اس نے سکینہ کی اٹھی ہوئی چپل کی طرف انگلی اٹھا کر کہا۔

رشید کی آواز حلق میں دب گئی وہ بغیر کچھ کہے سنے وہاں سے رفوچکر ہو گیا۔

شفیق کندھے سے سبزی تھیلا لٹکائے دروازے پر کھڑا سکینہ کو حیرانگی سے دیکھ رہا تھا جو ابھی تک چپل ہاتھ میں لئے رشید کو بے نقط سنا رہی تھی۔

اس شور شرابے میں محلہ اکٹھا ہو چکا تھا اور اب انہیں اس گھرانے کے خلاف ایک اور موضوع مل گیا تھا۔

"اماں بس کر" پارس نے زبردستی ماں کا ہاتھ پکڑ کر اندر کھینچا۔

"چل اندر چل" شفیق نے اندر داخل ہوتے ہوئے اسے بھی زبردستی اندر کیا۔

"سلام بابا۔" پارس نے شفیق کو سلام کیا

"جیتی رہے پتر۔" اس نے پارس کے سر پر شفقت سے ہاتھ رکھ دیا۔

"اف!.... کس قدر بے لگام زبان ہے اس لڑکے کی۔" سکینہ نے چپل زمین پر پھینکتے ہوئے کہا

"اگر آپ کو دیکھ کر نہ بھاگتا تو آج تو اس کو تمیز سکھا کر بھیجتی۔ اس کا پارہ نیچے ہی نہیں آرہا تھا۔"

"ہاں ہاں ٹھیک ہے۔"

"معاملہ کیا ہے؟ یہ بتا کہیں اس نے پارس کو تو کچھ نہیں کہا؟" شفیق کا لہجہ سخت تھا

"مجال اس کی کہ کوئی ہماری بیٹی کی طرف آنکھ

بھی اٹھائے۔" سکینہ اور بھڑکی

"سلام چاچا۔" کلثوم جو رشید کو دیکھ کر کونے میں دبک گئی تھی ہمت کر کے باہر آئی۔

"ارے کلثوم آئی وی ہے۔" شفیق نے شفقت سے کہا۔ "کیسی ہے پتر"۔

اس نے آگے بڑھ کر سر پر ہاتھ رکھا۔ کلثوم نے کوئی جواب نہ دیا۔

"مگر یہ سب کیا ہو رہا ہے۔" اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

"کچھ نہیں آپ یہاں بیٹھیے آرام سے" پارس نے جلدی سے شفیق کو خاموش رہنے کا اشارہ کرتے ہوئے پکڑ کر واپس چارپائی پر بٹھا دیا۔

"نہ پتر، تو گھبرا مت۔ ہم تیرے ساتھ ہیں۔" سکینہ اٹھ کر کلثوم کے پاس کھڑی ہو گئی۔

"نہیں مجھے بس اب گھر جانا ہے۔" وہ رکھائی سے بولی۔

"پتہ نہیں میں یہاں آئی ہی کیوں۔" وہ خود کو کوسنے لگی۔

"میں چلتی ہوں تیرے ساتھ۔ تیری ماں سے بات کروں گی۔" سکینہ اس کا رویہ نظر انداز کر کے بولی۔

"نہیں خالہ.... اس کی ضرورت نہیں پڑے گی اب.... ویسے بھی جو چوٹ آج مجھے لگی ہے اس کے آگے ہر زخم بے معنی ہے۔" وہ شکست خوردہ لہجے میں بولی۔

" ارے تو پھر ڈر کر کیوں چھپی تھی اسی وقت چلی جاتی رشید کے ساتھ۔" سکینہ بھی چڑ گئی۔ مگر وہ کچھ کہے سنے بغیر باہر نکل گئی۔

سکینہ اور پارس اس وقت اسے کچھ بھی نہ کہہ پائے خاموشی سے کلثوم کو جاتا دیکھتے رہے۔

سکینہ دروازہ بند کر کے اندر آ گئی مگر پارس کا دل بے چین تھا۔ وہ بجھی بجھی سی شفیق کے پاس جا کر بیٹھ گئی جو ابھی تک حیرانگی سے یہ سب دیکھ رہا تھا۔

"کوئی بتائے گا بات کیا ہے؟" اس نے سوالیہ نظروں سے سکینہ کی طرف دیکھا

" تسی صبر کر جاؤ۔ سانس لینے دو مجھے۔ پارس پانی پلا مجھے۔" وہ وہیں چارپائی پر ڈھیر ہو گئی۔

" اللہ ہی عقل دے ان کو۔" سکینہ گھونٹ گھونٹ پانی پیتی ہوئی شفیق کو سارا قصہ سنانے لگی۔

مگر پارس کا دل گھبرانے لگا۔ اسے رہ رہ کے کلثوم کی سسکیاں سنائی دے رہی تھیں۔ اس غصے میں بھی کتنی بے بسی تھی باجی کی آنکھوں میں۔ اس کا دل بجھ گیا۔ وہ گھبرا کر اندر چلی گئی۔ آج پہلی بار اس کا کوئی اپنا رشتے دار اس کے گھر آیا اور وہ بھی اداس اور مایوس لوٹا۔

شبنم کے قطرے آنکھوں سے نکل کر پارس کے گال بھگونے لگے، اور پھر بے اختیار اس کے ہاتھ دعا کے لئے اٹھ گئے۔

(جاری ہے)

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اوڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اوڑھنی اوڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں نمکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں، کہیں سمندر کے شفاف پانی کے جیسی ہے تو کہیں کیچڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوسِ قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی اماوس کی رات جیسی لگتی ہے۔ کبھی خواب لگتی ہے، کبھی سراب لگتی ہے، کبھی خار دار جھاڑیاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند لگتی ہے۔ زندگی عذابِ مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھاٹھیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے.....

کسی مفکر نے کیا خوب کہا ہے کہ "اُستاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی اُستاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، اُستاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔" انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔

زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے ناصح ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات، بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کر ہنستا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

وطن سے دوری

یہ حقیقی روداد میرے ماموں کی ہے۔ ہم لوگ کراچی میں رہتے تھے۔ اس وقت میرے ماموں جوان تھے۔ گریجویشن کرنے کے بعد ان پر بیرون ملک جانے کی دھن سوار ہوگئی۔ جیسے عموماً ہر نوجوان کو جوانی میں شکایت رہا کرتی ہے کہ ملک میں کیا رکھا ہوا ہے۔ یہاں پر کچھ نہیں ہے وغیرہ۔ ایسی ہی سوچیں اور شکایتیں ہر وقت ماموں خالد کے دماغ میں سمائی رہتی تھیں۔ ان کے کچھ رشتہ دار بھی یورپ میں مقیم تھے۔ جب ان کا ایک کزن جرمنی جانے کے لیے تیار ہوا تو ماموں خالد نے بھی اپنے گھر والوں کو اپنی اس خواہش سے آگاہ کر دیا۔

ماموں کے والدین بھی یہی چاہتے تھے کہ اچھا ہے خالد باہر جا کر سیٹ ہو جائے تو زندگی سنور جائے گی۔ ان کے والد نے ایجنٹوں سے رابطہ کیا، مطلوبہ رقم کا بندوبست کیا۔ اس طرح ان کی باہر جانے کی تیاریاں مکمل ہو گئیں اور دو ماہ بعد وہ جرمنی پہنچ گئے۔ چونکہ ماموں کے دیگر رشتہ دار موتیریال (جرمنی) میں رہتے تھے، اس لیے انہوں نے وہاں قیام کیا۔ جس طرح دیگر تارکین وطن کو کسی ترقی یافتہ ملک

میں اکثر پہلا کام فیکٹریوں میں ملتا ہے۔ اسی طرح انہیں بھی ایک فیکٹری میں کام مل گیا۔ تنخواہ، جرمن کرنسی مارک کی صورت میں ملتی تھی اور پاکستان کے مقابلے میں بدرجہا بہتر تھی۔ اتنے پیسے مل جاتے تھے کہ اپنا گزارہ بھی بخوبی ہو جائے اور کچھ بچت کرنا بھی ممکن تھا۔

ماموں ٹھاٹھ باٹھ سے رہنے والے آدمی تھے۔ گھر میں ماں اور بہنوں نے کبھی کسی کام کو ہاتھ تک نہیں لگانے دیا تھا۔ ماموں خالد کو جرمنی میں مزہ نہیں آیا، جلد ہی وہ اکتا کر پیرس چلے گئے۔ اس کے بعد انہیں کہیں آرام نہیں آیا، وہ مسلسل سیر کرتے رہے۔ برسلز، روم، لزبن اور ایتھنز، نہ جانے کہاں کہاں گھومے، لیکن انہیں کوئی جگہ پسند نہیں آئی۔

یورپ میں کہیں ان کا دل نہ لگا تو پاکستان کی یاد انہیں ستانے لگی۔ اس طرح انہوں نے دو سال تک وہاں رہنے کے بعد وطن واپسی کی کوششیں شروع کر دیں۔ ان دنوں وہ لزبن میں تھے، واپسی کے متعلق انہوں نے خود کو ذہنی طور پر تیار کر لیا تھا۔ ان کا بس نہیں چلتا تھا کہ کسی طرح اڑ کر پاکستان پہنچ جائیں۔

جب انہوں نے اپنے گھر والوں سے رابطہ کیا اور انہیں اپنے فیصلے سے آگاہ کیا تو انہوں نے اس کی مخالفت کی۔ ماموں نے گھر والوں کو سمجھایا کہ انہوں نے اچھی طرح سوچ سمجھ کر فیصلہ کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں پاکستان آ کر بہت کچھ کر سکتا ہوں۔ میں نے آئندہ زندگی کی منصوبہ بندی بھی کر لی ہے۔ واپسی کے وقت وہ یہ سوچتے رہے کہ میں نے بیرون ملک جا کر غلطی کی۔ تعلیم یافتہ ہونے کے باوجود بیرون ملک میں فیکٹریوں میں کام کرتا رہا ہوں اگر کوشش کرتا تو پاکستان میں بھی اچھی ملازمت مل جاتی۔ دوسرے ملک میں کمتر درجے کا شہری ہونے سے بہتر ہے کہ آدمی اپنے وطن میں رہے، جہاں سب عزت کرتے ہیں۔ کوئی ڈر نہیں ہوتا کہ غیر ملکی ہونے کے باعث کوئی پکڑے گا۔

ماموں خالد وطن واپس آئے تو بہت خوش تھے۔ باہر رہ کر انہیں وطن کی مٹی، موسم اور ہواؤں کی قدر آگئی تھی.... مگر قسمت کو شاید کچھ اور ہی منظور تھا۔

اپنے بعض قریبی رشتہ داروں کے رویے نے انہیں پریشان کر دیا۔ سب سے پہلے تو والد نے طعنہ دیا کہ دوسروں کے بیٹے کتنی دولت کما کر گھر لاتے ہیں، یہ نااہل خالی ہاتھ واپس آیا ہے۔ کچھ رشتہ داروں نے ان کے بارے میں یہ باتیں مشہور کر دیں کہ وہاں غلط صحبت میں پڑ گیا تھا۔ ماموں خالد کے دوستوں نے بار بار ان سے یہ سوال کیا کہ کتنی دولت وہاں سے لائے ہو۔ اس کے علاوہ ہر شخص ان سے جب بھی ملتا وہ یہ سوال کرتا کہ خالد واپس کب جا رہے ہو، ہمیں مل کر جانا۔

لوگوں کی لمبی باتوں اور سوالات کے باعث انہوں نے کسی کو یہ نہیں بتایا کہ وہ ہمیشہ کے لیے واپس آگئے ہیں۔ صرف ان کی والدہ نے صدق دل سے، انہیں ہمیشہ کے لیے واپس آنے پر خوش آمدید کہا تھا۔ وہ چاہتی تھیں کہ بیٹا ایک پل کے لیے بھی ان کی آنکھوں سے دور نہ ہو کیونکہ بیٹے کی جدائی کے غم میں وہ بیمار ہو گئی تھیں۔

ایسے حالات میں جب ہر شخص خود غرض بن کر

ماموں کا دل دکھا رہا تھا۔ ان کے سارے خواب چکنا چور ہو گئے۔ کچھ دوست کہنے لگے کہ ہمیں بھی اپنے ساتھ لے کر جاتا۔ یہ سب باتیں ماموں کی برداشت سے باہر تھیں۔ اب انہیں اس کے سوا اور کوئی راستہ دکھائی نہ دیتا تھا کہ باہر چلے جائیں اور کبھی واپس نہ آئیں کیونکہ اگر کوئی شخص ایک مرتبہ بیرون ملک رہ کر آجائے تو لوگ اس کے باطن میں جھانکنے کی کوشش نہیں کرتے، اسے سمجھنے سے انکار کرتے ہیں۔ اس لیے ماموں نے خاموشی سے واپس جانے کا فیصلہ کرلیا۔ والد سمیت سب لوگ بہت خوش ہوئے کہ بیٹا باہر جارہا ہے مگر کسی کو معلوم نہیں تھا کہ وہ کتنے دکھی دل کے ساتھ جارہے ہیں۔

آج ماموں کو بیرون ملک گئے برسوں بیت چکے ہیں۔ وہ کینیڈا میں مقیم ہیں مگر وہ ایک مرتبہ بھی وطن واپس نہیں آئے۔ بس کبھی کبھار فون کرلیتے ہیں۔ البتہ پیسے باقاعدگی سے بھجواتے ہیں۔ اب سارے خاندان میں ان کی بہت قدر ہے۔

محنت کا صلہ

بچپن میں لوگ مجھے لالو کہہ کر پکارتے تھے۔ میں نے ایک چھوٹے سے گاؤں کے نہایت غریب گھرانے میں آنکھ کھولی۔ ہوش سنبھالا تو گھر میں فاقہ کشی کو ڈیرے جمائے پایا۔ کئی کئی روز تک بھنے ہوئے چنے کھا کر اور پانی پی کر زندگی سے رشتہ برقرار رکھا جاتا تھا۔ غریبی دیکھ کر رشتے دار منہ موڑ گئے تھے۔ کسی کو ہمارے گھر آنا پسند نہ تھا۔ گندم کی روٹی کئی کئی ماہ کھانے کو نہ ملتی۔ فاقہ کشی کی وجہ سے گھر کے تمام افراد اندھراتہ کی بیماری میں مبتلا ہو گئے۔ بچپن میں پہننے کے لیے صرف ایک کھدر کا کرتہ ہوتا، پہننے کو کبھی نیا جوتا نہ ملا۔

تھوڑا سا بڑا ہوا، تو بڑے بھائی کے ساتھ بکریاں چرانے کی ذمہ داری سونپی گئی۔ جب میں آٹھ برس کا تھا، تو بھائی بکریاں فروخت کرکے شہر کے قریب ایک گاؤں میں بہنوئی کی نئی خریدی ہوئی زمین آباد کرنے چلے گئے۔ والدین نے مجھے قریبی گاؤں میں واقع پرائمری میں اسکول داخل کروادیا۔ میں دل لگا کر پڑھنے لگا۔ استاد کا دیا ہوا سبق مجھے جلد ازبر ہوجاتا۔ دوسری جماعت میں تھا کہ میری نانی کا انتقال ہوگیا۔

مجھے ہونہار طالب علم دیکھ کر میرے ٹیچر میری حوصلہ افزائی کرنے لگے۔ آخرکار میں نے پانچویں جماعت کا امتحان پاس کرلیا۔ لیکن والدین کے مالی حالات اس قدر پریشان کن تھے کہ چھٹی جماعت میں داخلہ خواب بن گیا۔ اسی اثنا میں میری بڑی بہن ہمارے گھر رہنے آئیں۔ ان کے خاوند ہمارے برابر کے ایک گاؤں میں پٹواری تھے۔ وہ مجھے اپنے ساتھ لے گئیں تاکہ مزید تعلیم دلا سکیں۔ مجھے ایک مڈل اسکول میں چھٹی جماعت میں داخل کروادیا گیا۔ پڑھائی کے ساتھ ساتھ ان کی بھینسوں کو چارہ وغیرہ ڈالنے کا کام بھی مجھے سونپا گیا۔

چھٹی جماعت پاس کرکے میں ساتویں جماعت میں پہنچا، تو بہنوئی اور بہن نے نئی آباد شدہ اپنی اراضی پر سکونت اختیار کرنے کا فیصلہ کرلیا۔ وہ مجھے بھی ساتھ لے گئے۔ میں جولائی اگست کے مہینوں میں ان کا مکان بنانے کے لیے معماروں کے ساتھ تپتی ریت

پر مزدوری کرتا رہا۔ اسی اثنا میں موسم گرما کی تعطیلات ختم ہونے پر اسکول دوبارہ کھل گئے مگر مجھے کسی اسکول میں داخل نہیں کروایا گیا۔ بہن اور بہنوئی نے کہا "چونکہ گاؤں کے نزدیک کوئی اسکول نہیں، اس لیے تمہیں پڑھانا ناممکن ہے۔ ہم تمہیں گاؤں میں پرچون کی دکان ڈال دیں گے۔"

دوسرے لفظوں میں ان کا مقصد یہ تھا کہ میں ان کی بھینسوں کو چارہ ڈالتا اور گھریلو کام کرتا رہوں۔ یہ مجھے گوارہ نہ تھا کیونکہ میں تو ان کے ہاں صرف تعلیم حاصل کرنے گیا تھا۔ مجھے پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہونے کا دلی رنج تھا، اس لیے وہاں سے بھاگ نکلا اور اپنے والدین کے گھر آ گیا۔ مگر مالی وسائل نہ ہونے کی وجہ سے ساتویں جماعت میں داخلہ لینا مجھے انتہائی دشوار دکھائی دیتا تھا۔

اللہ تعالیٰ نے میری مدد یوں فرمائی کہ شہر کے ایک محترم استاد پبلک ہائی اسکول میں پڑھاتے تھے۔ انہوں نے مجھے نہ صرف اپنے تعلیمی ادارے میں داخل کروایا بلکہ میری فیس بھی معاف کروادی۔

اب میری عمر تقریباً پندرہ برس ہو چکی تھی۔ جب چھٹیاں ہوئیں تو میں مزدوری کرنے لگا تاکہ تعلیم کا خرچ خود برداشت کر سکوں۔ گاؤں سے تقریباً چھ میل دور نہر کا پل بن رہا تھا۔ شدید سردی کا موسم تھا۔ گاؤں کے کچھ لوگ وہاں مزدوری کرنے جایا کرتے۔ میں بھی ان کے ساتھ ہو لیا۔ مزدوروں کے نگران نے مجھے دیکھ کر کہا کہ تم چھوٹے ہو، اس لیے تمہیں بڑے مزدوروں کے مقابلے میں کم مزدوری ملے گی۔ میں نے ان کی پیشکش قبول کرلی۔

مزدوری کی شرط یہ تھی کہ غروب آفتاب سے لے کر طلوع آفتاب تک پوری رات کام کرنا ہوتا تھا۔ یوں میں نے موسم سرما کی چھٹیوں میں دس دن مزدوری کی اور تقریباً ایک سال کی فیس جمع کرلی۔

جب میں دسویں جماعت میں پہنچا، تو میٹرک کی داخلہ فیس نہ بن پائی، میں سخت پریشان ہوا۔ آخر اللہ تعالیٰ نے اس نازک موقع پر بھی راہ سجھائی۔ میں نے اپنے دوسرے بہنوئی کو خط لکھا کہ مجھے میٹرک کی داخلہ فیس دینے کے لیے پیسے درکار ہیں۔ اگر فوری بندوبست نہ ہوا، تو میں امتحان نہیں دے سکوں گا۔ خط ملتے ہی وہ داخلہ فیس لے کر ہمارے گھر آئے اور یوں میرا داخلہ ہو گیا۔

میں امتحانات کی تیاری کے سلسلے میں دن رات پڑھنے لگا اور پھر وہ دن بھی آئے جب میں نے مارچ میں میٹرک کا امتحان دیا۔ امتحانوں سے فارغ ہو کر میں محنت مزدوری کرنے لگا۔ جون میں نتیجہ آیا، تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ اللہ کے فضل و کرم، والدین کی دعاؤں اور استادوں کی محنت سے میں نے میٹرک کا امتحان نہ صرف اوّل درجے میں پاس کیا بلکہ اپنے اسکول میں بھی اوّل آیا۔ سب لوگوں نے مجھے شاباش دی۔

مالی استطاعت نہ ہونے کی وجہ سے میں کالج میں داخل ہونے کا تصور بھی نہیں کر سکتا تھا۔ لوگوں نے شاباش تو دی مگر کسی نے مالی اعانت نہیں کی۔ لہٰذا اب میری پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہو گیا۔ اس دوران میں نے ایک پرائیوٹ ادارے میں ملازمت کی درخواست دے ڈالی۔ چند ماہ بعد میرا تقرر ہو گیا۔

ابتدائی تربیت کے بعد مجھے ادارے میں ملازمت دے دی گئی۔ وہاں میں نے اپنے فرائض کی بجا آوری کے ساتھ پڑھائی کا سلسلہ دوبارہ شروع کر دیا۔

محنت اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے میں نے بطور نجی امیدوار ایف اے کا امتحان پاس کر لیا۔ بعد ازاں گریجویشن کے امتحان کی تیاری کرنے لگا۔ مگر ادارے کی مصروفیت کی وجہ سے امتحان دینے کا موقع نہ مل سکا۔ تاہم اللہ تعالیٰ پہ بھروسہ رکھا اور اگلے سال امتحان دیا اور اچھے نمبروں سے پاس ہو گیا۔ اس ادارے میں مجھے ایک اچھی پوسٹ بھی مل گئی۔ میں نے اپنے فرائض محنت، لگن اور دیانت داری سے سرانجام دیے اور ترقی کرتے کرتے افسر بن گیا۔

ادارے میں میرا تیسواں سال جاری تھا کہ ذیابیطس اور عارضہ قلب میں مبتلا ہو گیا۔ مسلسل بیماری کی وجہ سے نوکری ختم ہو گئی۔

پھر بھی میں نے بیکار بیٹھنا گوارا نہیں کیا۔ انہی دنوں ایک نجی ادارے میں اکاؤنٹنٹ کی اسامی نکلی۔ اس کے لیے منعقدہ تحریری امتحان میں شامل ہوا اور پہلا مقام حاصل کیا۔ یوں مجھے اس ادارے میں بطور اکاؤنٹنٹ ملازمت مل گئی۔ اب میں محنت، لگن اور دیانت داری سے اپنے فرائض منصبی سرانجام دیتے ہوئے رزق حلال کما رہا ہوں۔ میں نے کبھی اپنی بیماری کو فرائض کی راہ میں رکاوٹ نہیں بننے دیا۔ یہاں تک کہ میرے بعض ساتھیوں کو میری بیماری کا علم بھی نہیں۔

تاجی ڈبل روٹی

"تاجی (تازی) ڈبل روٹی پانچ کی ایک، دس کی دو۔"

اس آواز کی حقیقت، اس سوز کا راز اور اس راز کا مفہوم جاننے کے لیے میرا دل بے چین تھا۔ ایک روز صبح ہی صبح آواز آئی۔

"تاجی ڈبل روٹی۔"

مجھے یقین تھا کہ اس کے خوانچے میں کئی روز کی باسی ڈبل روٹی بھی ہو گی مگر "تاجی" کہہ کر نہ معلوم وہ خود کو دھوکا دینا چاہتا تھا یا لوگوں کو....؟ اتنے سویرے بھلا کون لیتا ہو گا....؟

میں نے سوچا.... اور پھر ایک دن میں اس کے آنے سے پہلے ہی جبکہ مرغ نے بانگ بھی نہ دی تھی، نیچے جا کر گلی میں کھڑا ہو گیا۔ جوں ہی اس آواز نے اندھیرے کا جگر کاٹا میں گرم چادر کو جسم سے چپکاتا تیزی سے آگے بھاگا اور چند ہی لمحوں میں اس کے مقابل کھڑا تھا۔

میلی کچیلی، پھٹی ہوئی، ہلکی سی دری میں سر اور گردن کو لپیٹے، پیروں میں ربڑ کے گھسے ہوئے جوتے پہنے ہوئے اور چیتھڑوں کے ڈھیر میں چھپا وہ میرے سامنے کھڑا حیرت سے میری طرف دیکھ رہا تھا۔ میں نے جب اسے اس طرح حیران دیکھا تو کہا۔

"ارے سنو تو! مجھے ڈبل روٹی چاہیے۔ رات اچانک مہمان آ گئے ہیں۔ بہت دیر سے تمہارا انتظار کر رہا ہوں۔ یہ ساری ڈبل روٹیاں کتنے کی ہوں گی....؟"

"ساری....؟" حیرت سے اس کی آنکھیں پھٹنے لگیں۔

"ہاں ہاں! ساری۔ اس میں حیران ہونے کی کیا

بات ہے۔ مہمان بھی تو بہت سے ہیں نا!" میں نے
محبت سے کہا۔ "کتنے پیسے لوگے سب کے۔"

"سو روپے ڈبل روٹی کے اور بیس روپے میرے۔" اس نے جلدی سے سارا حساب مجھے سمجھا دیا۔

میں نے ایک سو بیس روپے اس کی ہتھیلی پر رکھ دیے اور خوانچہ پکڑ لیا۔ پھر کچھ سوچتے ہوئے میں نے کہا

"بھئی بہت بھاری ہے، ہم سے نہیں اٹھ رہا۔ تم بڑے بہادر بچے ہو، ذرا اسے اوپر تک لے چلو نا۔" وہ فوراً تیار ہو گیا اور میرے ساتھ ساتھ چلنے لگا۔

"جب تم سامان بیچ لیتے ہو تو گھر جا کر بھلا کیا کرتے ہو.....؟ میں بتاؤں، تم سوتے ہوگے، پھر اٹھ کر گلی میں گلی ڈنڈا کھیلتے ہوگے، کرکٹ، گولیاں اور کبڈی، ہاکی ہوتی ہوگی اور....." اس نے میری بات درمیان ہی سے کاٹ دی۔

"جی نہیں! میں سودا بیچ کر اسکول چلا جاتا ہوں۔ میں پانچویں جماعت میں پڑھتا ہوں۔ جانے سے پہلے ماں کو دوپہر کے لیے آٹا دال لا کر دیتا ہوں۔ میری ماں کہتی ہے کہ بیٹا جلدی سے پڑھ لے پھر ہم غریب نہیں رہیں گے۔"

اب میں اسے کیسے سمجھاتا کہ یہاں تو پڑھے لکھے لوگ بھی غریب رہ جاتے ہیں۔ بات کو جاری رکھنے کے خیال سے میں نے کہا۔

"تم جب بازار سے سودا خریدتے ہو تو دکاندار تو تمہیں خوب لوٹتے ہوں گے....؟ اتنے چھوٹے سے تو ہو تم!"

وہ تیر کی طرح میری طرف مڑا اور بولا۔

"کیوں لوٹ لیتے ہوں گے، میں کوئی بے وقوف ہوں جو لٹ جاؤں، میں بھی تو دکاندار ہوں۔ بس اتنا فرق ہے کہ میں اپنی دکان کندھے پر لیے پھرتا ہوں اور وہ چل کر دکان تک جاتے ہیں۔"

اس کی بات سن کر مجھے اچنبھا ہوا۔ کاش! اس نے کوئی بھولی سی بات کہہ دی ہوتی۔ وہ تو ایک دم پکی عمر کے مردوں کی طرح بولنے لگا تھا۔ میں نے پوچھا۔

"ایسی باتیں تمہیں کون سکھاتا ہے....؟"

کہنے لگا "سکھاتا کون، چار سال سے ڈبل روٹی بیچ رہا ہوں، اتنی چھوٹی سی بات بھی نہیں سیکھ سکتا۔"

میں چپ ہو گیا کیونکہ اس سے بحث بے کار تھی۔ اس کی گفتگو اس کی آواز کی طرح بے ساختہ نہ تھی، اس میں تجربے کا نچوڑ تھا جو مجھے اچھا نہیں لگا۔ ڈبل روٹی پہنچا کر وہ واپس چلا گیا اور میں خواہش کے باوجود اسے چائے کی ایک پیالی بھی نہ پلا سکا۔ میرا خیال تھا اس سے مل کر مجھے بہت خوشی ہوگی۔ میں کمرے میں لا کر اس کی پیاری پیاری باتیں سنوں گا مگر تمام خوشیوں پر اوس پڑ گئی۔ خوشی کی امید کتنی پرکشش ہوتی ہے مگر حاصل ہو کر وہ کتنی تلخ ہو جاتی ہے.... بالکل سراب کی طرح۔ میں نے ڈبل روٹیاں اٹھا کر بے دلی سے اخباروں پر ڈال دی اور لحاف میں گھسنے ہی والا تھا کہ اس کی آواز نے مجھے پھر چونکا دیا۔ وہ شرمایا شرمایا سا جھینپی سی ہنسی ہنس رہا تھا۔ میں نے اسے اندر بلا لیا تو اس نے جھجکتے ہوئے کچھ روپے میرے تکیے پر رکھ دیے اور بولا۔

"معافی دو جی میں واپس کرنے بھول گیا۔" اس

نے پھر ایک اچٹتی ہوئی نظر اپنے بچے ہوئے سرمائے پر ڈالی اور پوچھا "مہمان اب تک سو رہے ہیں جی....؟ایک بار ہمارے ہاں پہلی مرتبہ مہمان آئے تھے۔ سویرے سویرے اٹھ کر میری ساری ڈبل روٹی کھا گئے۔ میں چارپائی کے نیچے گھس کر رونے لگا۔ خوب رویا۔ میری ماں بولی ارے! مہمان تو اللہ کی رحمت ہوتے ہیں....! یہ رونا دھونا کیسا۔ چل نکل باہر۔ اللہ کا شکر ادا کر۔ تیرے گھر رحمت کی سواری اتری ہے۔"

کہہ کر وہ زور زور سے یوں ہنسنے لگا۔ گویا اسے دنیا کا کوئی غم لاحق نہ ہو۔ جیسے وہ روزگار کا مارا معمولی خوانچہ فروش نہ ہو بلکہ باغ میں چہچہانے والی کوئی بلبل ہو، ناز و نعم میں پلا ہوا کوئی شہزادہ ہو۔ میرے دل میں اس کے لیے پھر ڈھیر سارا پیار امنڈ آیا۔ میں اسے کتنا غلط سمجھا تھا۔ وہ تو بالکل بچہ ہی تھا، بیوقوف سا! میں نے اسے کھینچ کر بستر پر بٹھا لیا اور بوا سے چائے منگوائی تو بڑی بدتمیزی سے بالکل بچوں کی طرح چائے پینے لگا۔ مجھے اس میں اور اپنے بھائی میں صرف اتنا فرق نظر آیا کہ میرا بھائی اگر اس بدتمیزی سے چائے پیتا تو امی اسے بار بار ٹوکتیں، بدتمیز اور بار بار جھنجلاتیں لیکن اس پر یہ باتیں لاگو نہیں ہو رہی تھیں۔

چائے پی کر اس نے اپنی کلائی سے منہ پونچھا، زبان سے چٹخارے کی آواز نکالی اور کھڑا ہو گیا۔

یک لخت اس نے پلٹ کر اپنی بچی ہوئی کائنات کی طرف دیکھا پھر کچھ دیر خاموش رہنے کے بعد بولا۔

"ڈبل روٹی واپس کر دیں۔ یہ لیں اپنے پیسے۔ میں ابھی اتنے پیسے دوبارہ بنا لوں گا جی۔" اس نے اداسی سے میری طرف دیکھا۔

"مجھے خاموش دیکھ کر پھر بولا "صاحب جی اٹھا لوں نا اپنا مال....؟"

اس کی آواز نے مجھے چونکا دیا اور میں جھرجھری لے کر اٹھ کھڑا ہوا۔ میرے خیالات منتشر ہو گئے۔ نامعلوم کیوں مجھے احساس ہوا کہ میرے دل میں ایک چور سا چھپا بیٹھا تھا جسے اس گنوار لڑکے نے پکڑ لیا ہے۔

یہ ٹھیک کہتا ہے، یہ سوکھی باسی روٹی میں اپنے منہ تک لے جانے کی ہمت بھی نہیں رکھتا، کجا کھانا۔ اور یہ پیالی! بھئی میں تو کم از کم ابالے بغیر اسے استعمال نہیں کروں گا۔

میں خود کو بڑا ترقی پسند سمجھتا ہوں مساوات کا قائل بنا پھرتا اور غریبوں سے ہمدردیاں جتاتا پھرتا ہوں۔ لیکن حقیقت میں خود پرستی میں مبتلا ہوں اور صرف اپنی ستائش کرانا چاہتا ہوں۔ میں نے اپنے خیالوں کے عریاں جسم پر ہمدردیوں کے جو دبیز خول چڑھا رکھے ہیں ان کے اندر میری شخصیت ہر وقت ننگا رہتی ہے اور آج اس عریانی کو اس حقیر سے لڑکے نے بے نقاب کر دیا تھا۔

میں اپنے خیالوں میں کھویا ہوا تھا کہ دروازے کی آہٹ سے خیالات کا سلسلہ ٹوٹ گیا وہ لڑکا میرے پیسے رکھتے ہوئے اپنی ڈبل روٹیاں لے کر باہر کی جانب جا چکا تھا۔

بھیڑیا

فاروق سرور

پشتو ادب سے انتخاب

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا غرا رہا ہے۔

بہت دیر سے میں نے ایک درخت میں پناہ لے رکھی ہے۔ میں اب تھک چکا ہوں اور میری یہ خواہش ہے کہ نیچے اتروں لیکن کمبخت بھیڑیا مجھے اترنے نہیں دیتا وہ نیچے کھڑا مجھے مسلسل خونناک نظروں سے دیکھ رہا ہے اور اس انتظار میں ہے کہ میں کب اتروں گا اور وہ مجھے چیر پھاڑ کر کھا جائے گا۔

جس درخت پر اب میرا مسکن ہے۔ یہ ایک عجیب سا درخت ہے بلکہ اگر میں اسے جادو کا درخت کہوں تو بے جا نہ ہوگا۔ میں یہاں جو بھی خواہش کرتا ہوں وہ فوراً پوری ہو جاتی ہے اگر نرم اور گرم بستر کے بارے میں سوچوں تو وہ میرے قریب بچھ جاتا ہے۔ اکتا جاؤں تو میرے سامنے ایک شاندار ٹی وی سیٹ آجاتا ہے۔ جس کے اسٹیریو اسپیکرز ہوتے ہیں اور جو دنیا کا ہر اسٹیشن پکڑ سکتا ہے۔ اگر کسی بھی کھانے کے لیے میرا جی چاہے تو وہ فوراً حاضر ہوتا ہے۔ یہاں سب کچھ ہے ہر طرح کی آسائشیں ہیں لیکن یہاں جس چیز کی کمی ہے اور جس چیز کے لیے میں تڑپ رہا ہوں وہ ہے آزادی، لیکن یہ آزادی مجھ سے قربانی کا تقاضہ کرتی ہے اور قربانی یہ کہ مجھے نیچے اترنا پڑے گا اور بھیڑیئے کو ہلاک کرنا ہوگا لیکن مجھ میں اتنی جرأت نہیں، میں بھیڑیے سے خوف زدہ ہوں اور وہ مجھ سے زیادہ طاقتور ہے۔

کبھی کبھی جب میں اس وقت کو یاد کرتا ہوں

جب بھیڑیا میرا پیچھا کر رہا تھا تو میرا پسینہ چھوٹ جاتا ہے۔ ایک سنسنی سی جسم میں پھیل جاتی ہے دل ڈوبنے لگتا ہے تب میں خدا کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اگر یہ درخت میرے سامنے نہ آتا اور مجھے پناہ نہ دیتا تو بھیڑیا کب کا مجھے ہلاک کر چکا ہوتا۔

مایوسی کے اس گھپ اندھیرے میں کبھی کبھار اس بات پر بھی خوش ہو جاتا ہوں کہ درخت کافی اونچا ہے میں یہاں ہر طرح سے محفوظ ہوں اور بھیڑیا میرا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔

دن کے وقت تو میری حالت ٹھیک رہتی ہے کوئی نہ کوئی مصروفیت نکل آتی ہے لیکن جونہی رات ہوتی ہے ایک عجیب سی اذیت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ سو جاتا ہوں تو خوفناک خواب مجھے ڈراتے ہیں۔ ایک قیامت سی مجھ پر گزرتی ہے، تمام جسم تھکا ہوتا ہے اور ایک ایک انگ یوں دکھ رہا ہوتا ہے جیسے کسی نے چابک سے مجھے سخت مارا ہو۔

اکثر میں یہ سوچتا ہوں کہ میں کب تک اس عذاب میں مبتلا رہوں گا۔ کب تک انتظار کروں گا کہ بھیڑیا بھوک سے مر جائے لیکن وہ ہے کہ مرنے کے پہلے سے زیادہ طاقتور ہو جاتا ہے۔

ایک صبح جب میری آنکھ کھلتی ہے تو اچانک درخت کے گھنے پتوں سے مجھے کسی اور کی موجودگی کا احساس ہوتا ہے۔ خوف سے ایک تیز سی چیخ میرے منہ سے نکلتی ہے اور مجھے یقین ہو جاتا ہے کہ بھیڑیا بالآخر اپنی کوشش میں کامیاب ہو ہی گیا پھر میری حیرت کی انتہا نہیں رہتی۔ جب مجھے پتہ چلتا ہے کہ وہ میرے ہی جیسا ایک شخص ہے پریشان اور گھبرایا ہوا۔ اس اجنبی نے درخت پر ایک اور بھیڑیے کے خوف سے پناہ لے رکھی ہے۔ اس کا بھیڑیا بھی نیچے کھڑا غرا رہا ہے۔ درخت پر پنجے گاڑ رہا ہے لیکن تمام کوششوں کے باوجود اونچے درخت پر چڑھ نہیں پاتا۔

ہم دونوں لوگ ہیں جو اپنے اپنے بھیڑیوں سے خوفزدہ ہیں باوجود یہ کہ درخت میں ہمارے لیے ہر طرح کی آسائشیں موجود ہیں لیکن ہم ان آسائشوں سے خوش نہیں جبر اور اکتاہٹ کا احساس دن بدن ہمیں کھائے جا رہا ہے، اب تو ہمیں رات کو نیند بھی نہیں آتی جونہی آنکھ لگتی ہے بھیڑیے کا خوفناک چہرہ ہمیں دوبارہ جگا دیتا ہے۔ کمبخت اب ہمارے خوابوں میں بھی گھس گیا ہے وہ ہمیں یہاں سکون سے رہنے نہیں دیتا۔

ہم دونوں کے بھیڑیے اکثر اپنی جگہ خاموش بیٹھے رہتے ہیں لیکن کبھی کبھی ان دونوں پر ایسا جنون سوار ہو جاتا ہے کہ وہ درخت پہ حملہ کر دیتے ہیں اس کے موٹے تنے پر دانت اور پنجے گاڑ دیتے ہیں اور اس وقت خوفناک سی غراہٹ ہوتی ہے۔

دونوں کی بھیڑیوں کا یہ اچانک کا باؤلا پن ہمیں مزید ڈرا دیتا ہے۔ لیکن ایک بات یہ ہے ہم دونوں کے بھیڑیوں کا تعلق اپنے اپنے آدمی سے ہے۔ میرے ساتھی کا بھیڑیا مجھ سے کوئی تعلق نہیں رکھتا اور میرا بھیڑیا اس سے، خاص بات یہ ہے کہ دونوں بھیڑیے بھی ایک دوسرے سے لاتعلق رہتے ہیں اور ہم اس بات سے حیران ہوتے ہیں۔

ایک دن کافی سوچ بچار کے بعد ہم دونوں یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ ہم دونوں نیچے اتریں گے اور اپنے اپنے بھیڑیے سے مقابلہ کریں گے، جو بھی ہوتا دیکھا جائے گا ورنہ یہ عذاب کی زندگی کب تک۔ ہم گزاریں

فاروق سرور کا تعلق بلوچستان یونیورسٹی کوئٹہ سے ہے۔ آپ پیشہ سے وکیل ہیں اور کئی کتابوں کے مصنف اور اخبارات میں کالم نگار بھی ہیں۔ آپ کا شمار پشتو زبان کے معروف فکشن لکھاریوں میں ہوتا ہے۔ اب تک آپ کے تین مجموعے پشتو زبان میں چھپ چکے ہیں، جن میں ایک مجموعہ پشتو افسانوں کے اردو تراجم کی شکل میں "ندی کی پیاس" کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ اسی مجموعہ میں شامل افسانہ "بھیڑیا" قارئین کے لیے پیش خدمت ہے۔

فاروق سرور کے افسانوں علامتی رنگ غالب ہوتا ہے۔ عہد کی نارسائی، ماحول کا جبر اور اندر کا خوف ان کے افسانوں میں کئی علامتوں کو ساخت کرتا ہے۔ اپنے مخصوص علامتی ٹریٹمنٹ کی وجہ سے فاروق سرور کا ناول اور افسانے وہ تخلیقی رچاؤ بھی حاصل کرنے میں کامیاب ٹھہرتے ہیں جو اس نوع کے فکشن میں عموماً دستیاب نہیں۔ فاروق سرور نے اپنے اس افسانے میں مکمل فنی چابک دستی سے خوف کے اثرات کو سمیٹا ہے۔

گے تب ہم دونوں آنکھیں بند کر کے نیچے کودنے کا ارادہ کرتے ہیں میرا ساتھی تو کود جاتا ہے مگر میں اپنی بزدلی کے باعث ایسا نہیں کر پاتا اور اپنی جگہ بیٹھا رہ جاتا ہوں۔

اس کا بھیڑیا جونہی اسے نیچے دیکھتا ہے تو فوراً اس کی طرف لپکتا ہے اور اس پر حملہ آور ہوتا ہے۔ میرا بھیڑیا بھی خبردار ہو جاتا ہے اور اس کے کان کھڑے ہو جاتے ہیں لیکن جب میں نیچے نہیں اترتا تو وہ غصے سے آگ بگولہ ہو جاتا ہے اور پاگلوں کی طرح درخت کے موٹے تنے کے ساتھ لڑنا شروع ہو جاتا ہے اس سے پیشتر کہ میرے ساتھی کا بھیڑیا اسے زمین پر گرائے وہ اس چھوٹی سی شاخ سے بھیڑیے کو مارتا ہے جو اس نے درخت سے توڑی ہوتی ہے۔ اس کا بھیڑیا اسی وقت زمین پر گرتا ہے اور چند ہی لمحوں میں مر جاتا ہے۔

میرا ساتھی اب آزاد ہے۔ اس نے اپنی بہادری سے آزادی حاصل کر لی۔ لیکن میں اب تک اس پرانے عذاب میں مبتلا ہوں اور خود کو کوس رہا ہوں۔ میرا بھیڑیا اب پہلے سے زیادہ خوفناک ہو جاتا ہے۔ وہ حبشی بن چکا ہے اور ہر وقت درخت سے ٹکراتا رہتا ہے شاید اس کا یہ خیال ہے کہ اس طرح میں درخت سے نیچے گر پڑوں گا یا درخت ٹوٹ جائے گا۔ مگر میں نے ہر وقت درخت کی شاخوں کو مضبوطی سے پکڑا ہوتا ہے اور مارے خوف کے میرا جسم پسینے میں ڈوبا ہوتا ہے دن ہو یا رات میں مسلسل بھیڑیے کو بددعائیں بھی دیتا ہوں لیکن وہ کمبخت ہے کہ باز نہیں آتا۔

میرا ساتھی مسلسل مجھے آوازیں دیتا ہے۔ وہ قسمیں کھاتا ہے۔

"اگر تم نیچے اترو تو بھیڑیا تمہارا کچھ نہیں بگاڑے گا وہ بہت کمزور ہے تم اسے آسانی سے مار سکتے ہو۔"

لیکن مجھے اس کی بات پر یقین نہیں اور اوپر کھڑا خوف سے کانپ رہا ہوتا ہوں۔ اب چند ایسے واقعات شروع ہو جاتے ہیں کہ مجھے یہ یقین ہو جاتا ہے کہ میں بالآخر مر جاؤں گا۔

اچانک درخت میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ میں فوراً نیچے دیکھتا ہوں کہ بھیڑیے نے اسے ہلایا تو نہیں لیکن بھیڑیا اپنی جگہ لیٹا ہوتا ہے۔

یہ کیا....؟

میں چیخ اٹھتا ہوں درخت لمحہ بہ لمحہ چھوٹا ہو رہا ہے میں مارے گھبراہٹ کے درخت کی موٹی شاخوں پر زور زور سے اچھلتا ہوں کہ ہو سکتا ہے اس طرح سے درخت رک جائے لیکن درخت نہیں رکتا اور چھوٹا ہوتا جاتا ہے۔

اب ایک دوسری چیز مجھے مزید خوف زدہ کرتی ہے۔ بھیڑیا بھی بڑا ہو رہا ہے اور تھوڑی دیر میں ایک بیل جتنا بڑا ہو جاتا ہے۔

میں چیختا ہوں چلاتا ہوں۔ درخت کے اندر ادھر ادھر بھاگتا ہوں لیکن بے سود اب میں خود کو ذہنی طور پر موت کے لیے تیار کر لیتا ہوں اور ارد گرد کی تمام چیزوں کو الوداعی نظروں سے دیکھتا ہوں۔ بھیڑیا اور میں۔ لمحہ بہ لمحہ ایک دوسرے کے قریب آ رہے ہیں۔

میرا ذہن اب بالکل ماؤف ہے۔ میری آنکھیں بند ہیں اور میں پھانسی چڑھنے والے اس مجرم کی طرح موت کو خوش آمدید کہہ رہا ہوں جس کی گردن میں رسی کا پھندا ڈالا جا چکا ہے اور جو اب اس انتظار میں ہے کہ جلاد کب لیور کھینچے گا۔ میں اس وقت اگر کوئی آوازیں سن رہا ہوں تو وہ صرف میرے ساتھی کی ہیں۔ جو نیچے سے دے رہا ہے کہ خدارا نیچے اترو۔ تم بھیڑیے سے زیادہ طاقتور ہو۔ بھیڑیا یونہی ایک خوف ہے۔ روئی کا ایک پہاڑ ہے جسے تم ایک ہی ٹھوکر سے اپنے راستے سے ہٹا سکتے ہو۔

بالآخر میں ہمت کرتا ہوں اور درخت سے نیچے کودتا ہوں۔ میرا بھیڑیا یونہی اپنے سامنے پاتا ہے۔ مجھ پر حملہ کر دیتا ہے لیکن بیشتر اس کے کہ وہ مجھے ہلاک کر دے میں اسے ایک اس پتلی اور نازک سی شاخ سے مارتا ہوں جو میں نے درخت سے توڑی ہوتی ہے ہاتھی جیسا بڑا بھیڑیا دھڑام سے نیچے گرتا ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے مر جاتا ہے۔

اب میں آزاد ہوں۔

کتنی حسین ہے آزادی کتنا خوبصورت ہے اس کا احساس۔ میں خوشی سے چیخ اٹھتا ہوں رقص کرتا ہوں۔ دیوانوں کی طرح اچھلتا ہوں۔

کچھ دیر کے بعد جب میرا جوش کچھ کم ہو جاتا ہے تو اپنے ساتھی کی طرف دیکھتا ہوں تاکہ اس کا شکریہ ادا کروں لیکن میرا ساتھی اپنی جگہ موجود نہیں ہوتا۔ میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا غرا رہا ہے۔

اب میں زور زور سے ہنستا ہوں۔ قہقہے لگاتا ہوں اور ان سادہ اور معصوم لوگوں کی طرف بڑھتا ہوں جو ناحق اپنے بھیڑیوں سے خوف زدہ ہیں۔

(بھیڑیا۔ از: فاروق سرور، کتاب: "ندی کی پیاس"
مرسلہ: [illegible]

محمد زید بیگ

منصوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں!

ایک مفکر کا کہنا ہے کہ کامیاب اور ناکامیاب اشخاص کا بڑا فرق ان کے کام کی مقدار میں نہیں ہوتا بلکہ اس کام پر صرف شدہ فہم و فراست میں ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ جو کامیاب نہیں ہو پاتے اسی محنت سے کام کرتے ہیں جو اعلیٰ کامیابی حاصل کرنے کے لیے بھی کافی کہی جاسکے۔ لیکن ان کا طریقہ کار درست نہیں ہوتا وہ ایک ہاتھ سے بناتے اور دوسرے ہاتھ سے بگاڑ دیتے ہیں۔ وہ موقعوں کو قابو میں لاکر ان سے فائدہ نہیں اٹھاتے۔ انہیں شکستوں کو شاندار فتح میں تبدیل کرنے کا ہنر نہیں آتا۔ ان کے پاس کامیابی کا تانا بانا یعنی کافی قابلیت اور وقت کی کثرت دونوں موجود ہوتے ہیں لیکن وہ ہمیشہ خالی ہی پھینکتے رہتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی زندگی کا کپڑا کبھی تیار نہیں ہوتا۔

زندگی خدا کی بہت بڑی نعمت ہے۔ اسے ڈھنگ سے گزارنا ہمارا حق ہی نہیں قدرت کی جانب سے فرض بھی ہے۔

اچھی منصوبہ بندی کے ذریعے ہم اپنی زندگی کو کامیابی کے راستوں پر ڈال سکتے ہیں۔

اس سلسلے میں کچھ باتوں کو ذہن نشین کرلیں۔

وقت کی قدر کریں

وقت زندگی کا تانا بانا ہے۔ اگر بچپن کی بھول میں اسے توڑ ڈالا جائے تو پھر عمر بھر جوڑنا مشکل ہوگا۔ کئی محروم لوگ ایسے ہیں جنہوں نے بچپن میں اپنے وقت کو ضائع کیا ہے۔ لہٰذا کامیابی کے لیے وقت کی ہر ایک منزل کو ہمت و ہوشیاری سے طے کرنا ضروری ہے۔

اکثر لوگ وقت کی قدر و قیمت کا احساس کیے بغیر ماہ و سال گزارتے چلے جاتے ہیں۔ وہ نہیں جانتے کہ وقت فطرت کا سب سے قیمتی تحفہ ہے۔

دولت کی اندھی دوڑ اور بے جا مصروفیات نے ہم سے وقت چھین لیا ہے۔ یوں ہمیں وہ وقت نصیب ہی نہیں ہوتا جس کو حقیقی معنوں میں ہم اپنا کہہ سکیں۔

احتیاط، شعور اور اچھی عادتوں کے ذریعے ہم اپنا وقت بڑھا سکتے ہیں۔ اس کے لیے ضائع کرنے والی پرانی عادتیں ترک کرنی ہوں گی۔ آپ کے دو چار ایسے دوست ضرور ہوں گے جو بولنا شروع کرتے ہیں تو بولتے چلے جاتے ہیں۔ آپ ٹوک کر ان کو جتلانے کی کوشش کرتے ہیں کہ آپ کو کوئی ضروری کام کرنے ہیں مگر آپ کو ہمت نہیں پڑتی۔ خوش اخلاقی آپ کے آڑے آتی ہے۔ لیکن بد تمیزی یا غیر شائستگی کا مظاہرہ کیے بغیر بھی ایسے مہربانوں کو ٹوک سکتے ہیں۔ بس ان سے یہ کہہ دیجیے، معاف کیجیے، میں جانا چاہتا ہوں۔ یہ طرز عمل آپ کے وقت کو بچالے گا۔

انکار کرنا سیکھیں

ہم کئی کئی دن ایسے کاموں میں ضائع کر دیتے ہیں جن کو دراصل شروع ہی نہیں کرنا چاہیے تھا۔ بعض اوقات ہمیں اچھی طرح معلوم ہوتا ہے کہ پہلے ہی کئی اہم کام رکے ہوئے ہیں اور ہمارے پاس فالتو وقت بالکل نہیں، پھر بھی کوئی دوست یا رشتہ دار ہم پر نئی ذمہ داری سونپتا ہے یا کوئی دعوت دے ڈالتا ہے تو ہم قبول کر لیتے ہیں۔ بعد میں ہمیں پریشان ہونا پڑتا ہے۔ اس نقصان دہ عادت کو ختم کرنے کا مفید طریقہ یہ ہے کہ ہم تہیہ کر لیں کہ آئندہ ہم دوسروں کو خوش کرنے کے لیے بلاوجہ ہر بات نہیں مان لیں گے۔ اس لیے حسبِ ضرورت "ناں" کہنا بھی سیکھیں۔

کام ادھورا مت چھوڑیں

غیر حل شدہ مسائل ذہن پر طاری رہ کر ہمیں پریشان کرتے رہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے ہماری کارکردگی بھی متاثر ہوتی ہے۔ کسی کام کو ادھورا مت چھوڑیں۔ اگر کسی معاملے میں آپ گومگو میں مبتلا ہیں تو اس کا واضح حل نکالیں۔ مسائل کو خواہ مخواہ لٹکانے کے بجائے انہیں مناسب مدت میں حل کرنے کی عادت اپنائیں۔

کمپیوٹر کا استعمال محدود کریں

کمپیوٹر (لیپ ٹاپ اور اسمارٹ فونز بھی) بظاہر ایک چھوٹا سا آلہ ہے جو ساری دنیا سے ہمارا رشتہ جوڑتا ہے۔ ان دنوں فیس بک اور اس طرح کی دوسری سائٹس بہت سا وقت ضائع کر رہی ہیں۔ کمپیوٹر ہمیں قابو میں کر لیتا ہے اور ہم اس کے غلام بن کر رہ جاتے ہیں۔

بلاتکان ویب سائٹس یا سماجی رابطے کی سائٹس پر گھنٹوں ضائع کر دینے سے ہم کئی اہم کاموں کا وقت کھو دیتے ہیں چنانچہ اس کو محدود کرنے کی ضرورت ہے۔

پلاننگ ضرور کریں

کامیاب زندگی صرف درست پلاننگ سے ہی ممکن ہے۔ وقت اور توانائی بچانے اور محنت سے اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے زندگی میں سب سے زیادہ اہمیت پلاننگ کی ہے۔ اس سے کاموں میں

نظم وضبط پیدا ہوتا ہے اور زندگی کا انتشار ختم ہو جاتا ہے۔ کامیاب لوگوں کی زندگیاں ڈسپلن اور پلاننگ کا شاہکار ہوتی ہیں۔

آپ بھی منصوبہ بندی کی عادت اپنالیں۔ یہ عادت صرف بڑے بڑے کاموں کے لیے مفید نہیں ہوتی، بلکہ زندگی کے چھوٹے بڑے تمام امور میں مددگار ہوتی ہیں۔

سلیقہ اپنائیں

چیزوں کو سلیقے سے نہ رکھا جائے تو گھر میں افراتفری پھیل جاتی ہے۔ ضرورت کی مختلف اشیاء تلاش کے باوجود بروقت ہاتھ نہیں لگتیں۔ یہ تو آپ جانتے ہی ہیں کہ تلاش کرنے کا عمل کس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس میں وقت بھی صرف ہوتا ہے، بلکہ یوں کہنا چاہیے کہ وقت ضائع ہوتا ہے۔ اس کے لیے سنہری اصول یہ ہے کہ ہر چیز کی جگہ مقرر کرلیں اور اس کو وہیں رکھیے۔ یوں آپ بہت سی غیر ضروری پریشانیوں سے محفوظ رہیں گے اور وقت بھی ضائع نہیں ہوگا۔

فیصلے

جب آپ مختلف کاموں کے لیے وقت کا تعین کرنا شروع کرتے ہیں تو آپ کو پتہ چلتا ہے کہ دستیاب وقت میں آپ کو زیادہ کام کرنے ہیں۔ چنانچہ اب آپ کو فیصلہ کرنا ہوگا کہ کون سا کام کرنے کا ارادہ آپ ترک کرسکتے ہیں، کیا کام آپ ملتوی کرسکتے ہیں اور کون سا کام آپ کسی اور کے حوالے کرسکتے ہیں یا آخر میں کسی اہم ترین کام کے لیے آپ کے پاس کتنا وقت بچتا ہے....؟

اگر اب بھی وقت کم ہو تو اپنے کام کو کئی حصوں میں تقسیم کرلیں۔ اس طرح آپ کا کام کا بوجھ تقسیم ہو جائے گا۔

گھر سے باہر

گھر سے باہر جانے سے پہلے کافی وقت تیاری میں لگ جاتا ہے۔ اس وقت کو بچانے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ ایک دن پہلے اپنے کپڑے منتخب کرکے استری وغیرہ کرکے ہینگر پر لٹکا کر رکھ لیں۔ اس طرح عین وقت پر جو پریشانی ہوتی ہے اور وقت برباد ہوتا ہے وہ بچ جائے گا۔

لکھنے پڑھنے کے لیے شارٹ کٹ

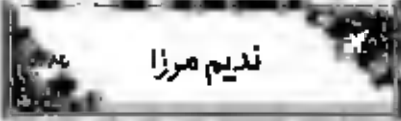
اپنے کمپیوٹر پر ایسی دستاویزات کے ٹیمپلیٹس بنا کر محفوظ کرلیں جن کی بار بار ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر آپ کو کسی کام کے معاوضے کے لیے بل دینا ہوتا ہے۔ اس کا ایک نمونہ بطور ٹیمپلیٹ محفوظ کرلیں۔ اس طرح آپ بار بار ٹائپ کرنے سے بچ جائیں گے۔

آپ ایسی ہی دیگر دستاویزات اور خطوط وغیرہ کے ٹیمپلیٹ بھی محفوظ کرسکتے ہیں جن میں سالگرہ، شادی، منگنی، بچے کی پیدائش وغیرہ کے تہنیتی کارڈز بھی شامل ہیں۔ ان کے نمونے انٹرنیٹ پر بھی دستیاب ہیں۔ ایک مرتبہ سرچ کرکے انہیں محفوظ کریں اور بار بار استعمال کریں۔

کامیابی کے لیے زندگی میں نظم وضبط قائم کریں اور گھر سے لے کر باہر تک ہر جگہ اپنی زندگی ان اصولوں کے تحت گزاریں۔ بدنظمی سے بچیں، کامیابی آپ کے قدم ضرور چومے گی۔

مہنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں.....!

ندیم مرزا

عام آدمی پر ہر آنے والا دن پہلے دن کے مقابلے میں بھاری گزر رہا ہے۔ ہر نئے دن کا سورج پہلے سے زیادہ مہنگائی کی تمازت لیے طلوع ہوتا ہے، لیکن تنخواہ دار طبقے کی تنخواہیں یا تو سالہا سال نہیں بڑھتیں یا پھر بڑھتی ہیں تو مہنگائی کے تناسب سے نہیں بڑھتیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگوں کے اخراجات ان کی آمدنی کی چادر سے بڑھنے لگتے ہیں مہینے کی آخری تاریخوں میں تو نوبت دوسروں کے آگے ہاتھ پھیلانے کی بھی آجاتی ہے۔ ایڈوانس تنخواہ کے مطالبے ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران اگر کسی عزیز کی شادی آجائے، کہیں آنا جانا پڑ جائے تو صورتحال اور پریشان کن ہوتی ہے۔ آدمی کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کرے تو کیا کرے....؟ مگر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ ہم میں سے اکثریت اپنی زندگی میں منصوبہ بندی کی ضرورت ہی محسوس نہیں کرتی۔ جب تک سر پر سے پانی نہیں گزرتا ہم کسی چیز کی حساسیت اور اس مسئلے کی گہرائی کا اندازہ نہیں لگاتے۔ ہم آنے والے حالات کا مقابلہ کرنے کے لیے پہلے سے تیار نہیں ہوتے۔ آیئے.... ہم آپ کو آج کچھ موٹی موٹی باتیں بتاتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے سارے مسائل کا حل نہ ہوں لیکن اگر تدبیر کی جائے تو زندگی میں آسانیاں لائی جاسکتی ہیں۔

بچت کی عادت ڈالیں

ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے لیے گھسا پٹا جملہ ہو، لیکن یقین جانیں یہ انتہائی کارآمد نسخہ ہے۔ بچت واقعی مشکل لگتی ہے لیکن یہ بڑی مشکل کا حل بھی ثابت ہوتی ہے۔ آپ نے خود سے طے کرلینا ہے کہ ہر مہینے کچھ بھی ہو جائے، آپ نے کسی نہ کسی طرح ایک مقررہ رقم بچانی ہے۔ آپ کی تنخواہ جتنی بھی ہو، اس میں آپ نے یہ طے کرلینا ہے کہ جو آپ نے بچت کرنی ہے، وہ آپ کی تنخواہ کا حصہ ہی نہیں۔ یہ بس ایسا ہی ہے جیسے کسی نے آپ کے پاس امانت رکھوادی ہے، جس کو ہاتھ نہیں لگانا۔ آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصے بعد آپ کسی بھی اچانک آنے والے اخراجات سے اچھی طرح اور آسانی سے نمٹ لیں گے۔

ہفتے میں ایک مرتبہ خریداری

سبزیوں کی قیمتیں تیزی سے اوپر نیچے ہوتی رہتی ہیں۔ خاص طور پر پیاز، ٹماٹر اور آلو وغیرہ۔ کوشش کریں کہ ہفتے میں ایک مرتبہ جمعہ بازار یا اتوار بازار سے خریداری کریں۔ اگر آپ کو لگے کہ بھاؤ نیچے آیا ہوا ہے تو ایک ساتھ خریداری کرلیں۔ خاص طور پر ٹماٹر

وغیرہ کیونکہ یہ کبھی دس تو کبھی اسی روپے کلو ملتے ہیں۔

دو وقت کا کھانا ایک ساتھ

دو وقت کا کھانا اکٹھا بنانے سے خاطر خواہ بچت ہو سکتی ہے۔ دن کے وقت جو بھی گوشت یا دال بنائیں، رات کو اسے چاولوں یا روٹی کے ساتھ استعمال کریں۔ کہتے ہیں کھایا پیا کس نے دیکھا، لیکن پہنا سب دیکھتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کبھی اچھا کھائیں ہی نا لیکن ضروری نہیں کہ ہر کھانے میں گوشت کی ایک ڈش موجود ہو۔ آپ سبزی کھانے کی بھی عادت ڈالیں۔ یہ نہ صرف صحت کے لیے بہتر ہیں بلکہ نسبتاً سستی ہوتی ہیں اور اس سے اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

سبزیاں گھر پر اُگائی جاسکتی ہیں

پودینہ، ہرا دھنیا، ہری مرچیں، لیموں اور توری سمیت کئی سبزیاں گملوں میں باآسانی اگائی جاسکتی ہیں۔ اس طرح ذرا سی محنت سے ماہانہ بڑی رقم بچائی جاسکتی ہے اور خاص طور پر اگر آپ کے گھر میں کوئی کیاری ہے، یا اتنی جگہ ہے تو اس سے بہتر کوئی اور چیز ہو ہی نہیں سکتی۔ یہ نہ صرف آپ کے پیسے بچائیں گی بلکہ آپ کو نئی لذت سے بھی روشناس کرائیں گی۔ تازہ سبزی کا مزا کیا ہوتا ہے یہ تو کوئی ان سے پوچھے جو یہ سبزیاں کھاتے ہیں۔

گھر کے کھانے کی عادت ڈالیں

اپنے شوہر، بھائی، بیٹے اور بیٹی وغیرہ کو گھر سے کھانا تیار کر کے دیں۔ باہر سے کھانا مہنگا پڑتا ہے۔ کبھی کبھار تو خاندان کے ساتھ باہر جاکر کھانا کھانا ٹھیک ہے لیکن اسے اپنی عادت نہ بنائیں۔ اس طرح کے معمولات آپ کے بجٹ کو شدید متاثر کرتے ہیں۔ آپ تین چار ہزار ایک وقت میں اڑا دیتے ہیں اور پھر مہینے کے آخر میں ایک ایک روپے کے لیے پریشان ہوتے ہیں۔ ایسا نہ کریں۔ اعتدال کا دامن کبھی ہاتھ سے جانے نہ دیں۔

موسمی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال

کوشش کریں کہ صرف موسمی پھل اور سبزیاں ہی استعمال کریں، کیونکہ بے موسم کے پھل اور سبزیاں مہنگے داموں فروخت کیے جاتے ہیں۔ آپ چاہیں تو مٹر وغیرہ جب سستے ہوں تو انہیں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ انہیں پلاسٹک کی تھیلیوں میں فریج میں رکھا جاسکتا ہے، لیکن سیزن کے بعد یہ بہت مہنگے ہوتے ہیں۔ اس لیے کوشش کریں کہ ہمیشہ سبزیاں موسمی ہی استعمال کریں۔ اس سے بھی اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

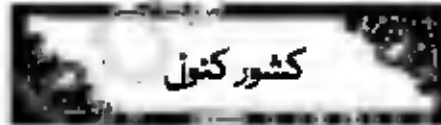
مہمان داری اور گھر پر تیاری

اگر ہاتھ میں پیسے ہوں تو مہمانوں کی آمد ناگوار نہیں گزرتی۔ اس کے باوجود کچھ باتوں پر عمل کرنا زیادہ بہتر ہے۔ مثال کے طور پر بازار سے مہنگے اسنیکس خریدنے کے بجائے انہیں گھر میں بنائیں۔ مہمانوں کی آمد پر مہنگے سافٹ ڈرنکس کے بجائے لیموں کا شربت یا کوئی اور شربت پیش کیا جاسکتا ہے۔ رول، سموسے، پیزا اور کباب وغیرہ گھر میں بنا کر رکھیں۔ اگر آپ کے مہمان کھانے پر آرہے ہیں تو متوازن بجٹ بناتے ہوئے سبزی اور گوشت کی ایک سے دو ڈشیں تیار کریں۔ چٹنی، سلاد اور رائتے سے کھانے کو پرکشش بنائیں۔ اس طرح چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کر کے مہنگائی کو گھر پر ہی کسی حد تک اپنی سمجھداری سے قابو کیا جاسکتا ہے۔

❄

بڑے ہوتے بچوں کے جذبات کو سمجھیے....!

کشور کنول

بچہ اس کائنات کی سب سے حسین اور انمول ہستی ہے، بچہ انسانی رویہ کے ناشائستہ پہلوؤں سے بے خبر، تشدد اور نفرت سے پاک، اپنے والدین کی بنائی ہوئی دنیا میں خوش اور مگن ہوتا ہے، مگر جوں جوں وہ بڑھنے لگتا ہے اس کے اندر تبدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں، یہ تبدیلیاں تیرہ سے انیس سال کے درمیان زیادہ نمایاں ہو جاتی ہیں۔ یہی دور عنفوان شباب کہلاتا ہے۔ انسانی عمر کا یہ عرصہ نہایت نازک اور اہم ہوتا ہے جب کردار کی تبدیلیاں بچے کے مختلف تعلقات پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ اب بچہ اپنی شناخت اور تاثرات کا اظہار چاہے گا۔ وہ دوسروں پر انحصار کی بجائے خود کو بالغ ثابت کرنے اور اپنی انفرادی شناخت کے لیے بر سرپیکار ہو گا۔

انسانی کردار اور رویوں پر کئی چیزیں اثر انداز ہوتی ہیں۔ مثلاً ماحول، تربیت، مشاورت، والدین اور بچے کے درمیان گفتگو اور ہم آہنگی و مطابقت وغیرہ۔ بالغ عمری میں ہارمونز کے بھی نو عمر کے رویے پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ عنفوان شباب میں انسانی جسم میں میٹابولزم کی شرح انتہائی بلند ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عمر کے اس دور میں بچہ توانائی سے بھرپور جوشیلا اور سرگرم ہوتا ہے۔ جارحیت پسندی کا اس پر غلبہ ہوتا ہے اور وہ دنیا پر نئے زاویے سے غور و فکر کرنا چاہتا ہے۔ وہ اپنے خیالات کی قدر افزائی چاہتا ہے۔ اس مرحلے پر جب اسے والدین کی جانب سے کچھ پابندیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو وہ ان سے جھگڑنے لگتا ہے۔ والدین جو کہ اس پورے دور میں اس کے ہمراہ ہوتے ہیں اس عمر کے پیچیدہ انداز واطوار سے اچھی طرح واقف ہوتے ہیں۔ والدین بچے کی حفاظت اور تحفظ کے لیے اسے کچھ حدود کا پابند بنا دیتے ہیں۔ یہ نو عمر سخت غصہ کا اظہار کرتے ہوئے والدین کی ہدایات پر کان نہیں دھرتا اور ان کی ہدایتوں اور نصیحتوں کو ایک ناخوش گوار مزاحمت اور رکاوٹ کے طور پر لیتا ہے۔ بچہ سوچتا ہے کہ اس کے والدین شاید اسے سمجھ ہی نہیں سکے ہیں اور والدین سمجھتے ہیں کہ ان کا بچہ بے وقوف ہے۔ یہاں پھر وہ والدین ہی ہیں جنہیں نو عمروں کی تمام حماقتوں کو گوارا کرنا پڑتا ہے اور وہ اپنے غصیلے اور خفا بچے کی جھنجھلاہٹ اور غصہ ٹھنڈا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایک اور اہم چیز جسے والدین عموماً یا تو فراموش کر دیتے ہیں یا نظر انداز وہ ہے تفریح اور کھیل کی صورت میں مثبت سرگرمیوں کی اہمیت۔ عنفوان شباب میں بچہ گرم لال دھات کی مانند ہوتا ہے۔ تھوڑی سی کوشش اور سعی سے اس کی توانائیاں تعمیری کاموں میں لگائی جا سکتی ہیں۔ جیسے پینٹنگ،

رائٹنگ، کھیل اور موسیقی کے ساز وغیرہ۔ اس طرح وہ ایک ممتاز اسپورٹس مین کے سانچے میں ڈھل سکتا ہے یا کسی اور تخلیقی کام کا ماہر بن سکتا ہے۔

بچے کی مدد اور اسے دورِ بلوغت کی پیچیدگیوں سے باہر نکالنے کے کئی طریقے ہیں۔ نو عمروں کی تربیت کے لیے ماحول کی بڑی اہمیت ہے۔ ماحول پرسکون اور اطمینان بخش بنا کر نو عمر کو بھی پرسکون اور مطمئن رکھا جا سکتا ہے۔ یہ بچے کی پرورش کا دوسرا اہم عنصر ہے۔ مطمئن رہنے اور صبر و تحمل کی تربیت عمر کے اس دور میں بہت زیادہ ہیجان اور اضطرابی کیفیات میں مبتلا ہونے سے بچاتی ہے۔

آزادی ہر انسان کا بنیادی حق ہے اور ذاتی شناخت ایک جبلی خواہش ہے۔ امیر ہو یا غریب، جوان ہو یا بوڑھا اسے ہمیشہ منصوبہ بندی کی ضرورت رہتی ہے۔ وہ اپنے کام کی حوصلہ افزائی چاہتا ہے۔ اسے اپنے کام میں آزادی کی تمنا رہتی ہے۔ آزادی سے کام کرنے کی یہ خواہش لڑکپن میں وقتاً فوقتاً ابھرتی رہتی ہے۔ یہ ایک ایسی عمر ہوتی ہے جہاں جذبات اپنے عروج پر ہوتے ہیں اور کام کو اپنی مرضی سے پایہ تکمیل تک پہنچانے کی خواہش شدید ہوتی ہے۔ بچہ محسوس کرتا ہے کہ وہ نہایت اہم ترین فرد ہے مگر اس کے والدین اسے اپنی توانائیاں استعمال کرنے کے لیے آزاد نہیں ہونے دیتے۔ وہ جن پابندیوں کا سامنا کر رہا ہوتا ہے اس پر اپنے والدین سے احتجاج کرتا ہے اور جب والدین اس کے احتجاج کو اہمیت نہیں دیتے ہیں تو بچے کی شخصیت اندرونی خلفشار میں مبتلا ہونے لگتی ہے، جو بعد میں نفسیاتی امراض کی شکل بھی اختیار کر سکتی ہے۔ نو عمر کے اندر جذبات اور احساسات کا جو سمندر موجزن ہوتا ہے وہ اپنے اظہار کے لیے کوئی غلط راہ تلاش کرنے اور جذبات کی تسکین کی خاطر جرائم کی طرف راغب ہو کر تشدد کی راہ اپنا سکتا ہے۔

ایک بہت اہم عنصر والدین اور بچے کے درمیان رابطہ ہے۔ بیشتر والدین اگرچہ بچے کے سیکھنے کے عمل میں پوری طرح شریک رہتے ہیں، مگر اپنے اور بچے کے مابین ذہنی عمل کی اہمیت کو نہیں سمجھتے۔ والدین کو یہ حقیقت معلوم ہونی چاہیے کہ ان کے بچے ان کی اپنی ذمہ داری ہوتے ہیں۔ انہیں دنیا کے نشیب و فراز سے آگاہ کرنا ان کے فرائض میں شامل ہے۔ ایسے والدین جو دیگر معاملات میں خود کو بہت زیادہ وقف کر لیتے ہیں، مگر بچوں کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ان کے بچے عموماً خوفزدہ اداس اور سونے اور کھانے کی بیماریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ ایسے والدین کو اپنی ترجیحات کا درست تعین کرنا چاہیے۔ بچوں کو مناسب وقت دینے اور توجہ و نگہداشت کے ذریعے انہیں دورِ بلوغت کی تکلیف دہ تجربات سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

مختصر یہ کہ نوجوانی کا دور آزاد رہنے، آزادی سے کام کرنے اور نمایاں ہونے کی خواہش کہلاتا ہے۔ غیر مہذبانہ اور سخت سلوک سے ان کے جذبات کو دبانا نہیں چاہیے بلکہ مہربانی اور ہمدردی کے ساتھ ان کے جذبات کا احترام کرنا چاہیے۔ اس طرح وہ ہمارے معاشرے کا ذی شعور، فہیم اور کار آمد فرد بن سکے گا۔ بصورتِ دیگر وہ منفی کارروائیوں میں ملوث ہو کر خاندان کے ساتھ ملک و قوم پر بھی ایک بوجھ بن سکتا ہے۔

❋

امتحان کا خوف

تبسم ناز

مقام.... کمرہ امتحان....

منظر.... ڈیسک پر بیٹھے ہوئے امتحان دینے والے طلباء و طالبات، ہاتھوں میں کوری شیٹ اور ذہن اس شیٹ سے بھی زیادہ سادہ اور کورا۔

رات بھر جاگ کر جو کچھ پڑھا تھا۔ وہ سب ذہن سے یوں غائب ہو گیا جیسے گولی کی آواز سن کر پیڑوں پر بیٹھی ہوئی چڑیاں پھر سے اڑ جاتی ہیں، پھر جونہی گھڑی امتحان کے وقت کے خاتمے کی منادی کرتی ہے، ممتحن ہال میں داخل ہوتے ہیں اور سب کے ہاتھوں سے کاپیاں چھیننے لگتے ہیں۔ طلباء و طالبات کے ماتھے پر پسینہ کی ننھی منی بوندیں پھوٹ پڑتی ہیں، ہتھیلیاں بھیگ جاتی ہیں۔

امتحان سے متعلق ذہنی تناؤ ایک حقیقت ہے.... اگر ذہن سے سارے سوالات نکل گئے.... اگر ذہن بالکل کورا ہو گیا.... اگر میں فیل ہو گیا.... اس قسم کے خیالات نسل در نسل طالب علموں کو پریشان کرتے رہے ہیں اور اب جیسے جیسے دنیا میں مقابلہ بڑھتا جا رہا ہے یہ فرق اور تضاد اور بھی شدت اختیار کرتا جا رہا ہے۔ آپ کی کامیابی کا دارومدار ان نمبروں پر ہے جو آپ حاصل کرتے ہیں۔ جیسے جیسے امتحان کے دن قریب آتے جاتے ہیں ویسے ویسے طالب علموں میں بے اطمینانی، کم خوابی اور بھوک نہ لگنے کی شکایتیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ذہنی انتشار، مایوسی اور ایک بے نام سا خوف لاحق ہو جاتا ہے۔ ان کے اسباب ملے جلے ہیں۔ فیملی کا ماحول، والدین کا رویہ اور ان کی توقعات، بہت زیادہ دباؤ اور خود طالب علم کی یہ خواہش اور آرزو کہ اس کا رزلٹ خوب سے خوب تر ہو۔ کچھ لوگوں پر تو یہ وقت اتنا بھاری ہوتا ہے کہ وہ سچ مچ بیمار پڑ جاتے ہیں۔ سخت مایوسی، افسردگی اور بد دلی میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ چڑچڑے اور گوشہ نشین ہو جاتے ہیں۔

بچے کا پورا مستقبل داؤ پر لگا ہوا ہوتا ہے۔ اب ظاہر ہے جب سب کچھ داؤ پر لگا ہوا ہو تو ذہنی تناؤ میں مبتلا ہونا ایک فطری امر ہے۔ بچوں کے مستقبل کا انحصار اس بات پر نہیں ہوتا کہ وہ کتنے اہل ہیں یا پورے سال کتنی محنت کرتے رہے ہیں یا پھر یہ کہ وہ اپنے تعلیمی کیریئر کے آغاز ہی سے خود کو کتنا لائق

ثابت کرتے آرہے ہیں بلکہ اس کا انحصار امتحان کے ان تین فیصلہ کن گھنٹوں پر ہوتا ہے اور وہی تین گھنٹے ان کی قسمت کا فیصلہ کر دیتے ہیں۔

پچھلی کارکردگی کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی، لہٰذا طالب علم جتنا کچھ چاہتے ہیں اور بن پچھ اور جاتے ہیں۔ جو ڈاکٹر بننا چاہتے ہیں وہ کمپیوٹر گریجویٹ اور جو انجینئرنگ کے شعبے میں کمال دکھا سکتے ہیں وہ مواصلات کے شعبے میں چلے جاتے ہیں۔ والدین کی غیر فطری توقعات اور طالب علم کے ذہنی تناؤ کو بھی اس میں شامل کیا جاسکتا ہے جن میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس مسئلہ کا حل خود گھر میں موجود ہے چنانچہ گھر ہی سے اس کے حل کا آغاز ہونا چاہیے۔

والدین بچے پر اپنی توقعات اور خواہشات کا بوجھ نہ ڈالیں۔ بچے کی آدھی فکر اور پریشانی اس وقت دور ہو جاتی ہے جب وہ اپنے والدین کو اپنی کارکردگی کی طرف سے بالکل مطمئن پاتا ہے۔ لہٰذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کو یقین دلا کر اس کے اعتماد میں اضافہ کریں۔

والدین کو اس امر سے آگاہ ہونا چاہیے کہ اگر بچے کی کارکردگی مساوی سے بھی کم ہے تو متبادل آپشن کی ایک وسیع رینج موجود ہے۔ کیریئر کے بارے میں صلاح ومشورہ اور غور و خوض میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ اب محض میڈیسن یا انجینئرنگ ہی کیریئر کا واحد انتخاب نہیں رہ گیا۔ یہ سمجھنا بہت اہم ہے کہ صرف اعلیٰ درجے کے کالج میں داخلہ بھی کامیابی کی ضمانت نہیں ہے جہاں کم سے کم نوے پچانوے فیصد مارکس کی ضرورت ہوتی ہے۔ صحافی

بننے کے لیے کسی کو ہمیشہ ٹاپ کرنے کی ضرورت نہیں۔ اس کے بجائے انگریزی میں 75 سے 80 فیصد نمبروں اور بقیہ مضامین میں اس سے تھوڑا زیادہ اور اپنی صلاحیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ صرف ایک مثال ہے۔

اسکولوں کو بھی اس سلسلے میں اہم رول ضرور ادا کرنا چاہیے۔ وہ بچوں کی صلاحیتوں کو چھوٹی جماعتوں سے نکھاریں۔ اگر ابتداء میں بچوں کی صلاحیتوں اور ان کی اہلیت کا اندازہ ہو جائے تو اس کی صلاحیت اور اہلیت کے پیش نظر ہی اس سے کام لیا جانا چاہیے اور اس پر محنت کرنی چاہیے۔

ماہرین یہ محسوس کرتے ہیں کہ اگرچہ مقابلے کے رجحان کو ختم تو نہیں کیا جاسکتا لیکن اسے سب کچھ بھی نہیں ہونا چاہیے۔ اسکولوں کو چاہیے کہ وہ اپنے طلباء وطالبات کو امتحانات سے پہلے کی زندگی کے لیے بھی تیار کریں جو کہ ان امتحانات سے زیادہ اہم ہے۔

ایک ماہر تعلیم کا کہنا ہے کہ ہمیں اپنے اسکولوں میں تعلیمی نیول کے وہ سسٹم متعارف کرانا چاہیے۔ او نیول اور اے نیول جیسا کہ بیرون ممالک میں رائج ہے۔ ان کے ہاں ڈھیر سارے لازمی مضامین نہیں ہوتے بلکہ وہ بہت سے اختیاری مضامین کی سہولت فراہم کرتے ہیں اور طالب علموں کو اختیار ہوتا ہے کہ وہ اپنی اہلیت اور صلاحیت کے مطابق مضامین اختیار کریں انہیں ہر چھ ماہ بعد امتحانات میں ایک مرتبہ نہیں بار بار بیٹھنے کی اجازت ہوتی ہے۔

ہر بچے کی صلاحیت جدا ہوتی ہے لہٰذا انہیں ایک مخصوص اور غیر لچکدار طرز عمل کے تحت جانچا نہیں جا سکتا۔ ہمیں چاہیے کہ ہم بچوں کو ایک ایسا راہنما

ماحول عطا کریں کہ جس سے ان کی صلاحیتیں ابھر کر سامنے آ سکیں اور وہ اپنی صلاحیتوں کو اس شعبے میں بروئے کار لائیں جس سے انہیں دلچسپی ہو، لیکن بیشتر مدارس تسلیم کرتے ہیں کہ ہر چند یہ کہ وہ تبدیلی لانا چاہتے ہیں لیکن سسٹم سے ان کے ہاتھ بندھے ہوئے ہیں۔ امتحانی بورڈ کے قواعد و ضوابط، یونیورسٹی میں داخلہ کے لیے رہنما خطوط وغیرہ وغیرہ۔ چنانچہ ان کے پاس سوائے اس کے کوئی چارا نہیں کہ وہ بورڈ کے طے کیے ہوئے قواعد و ضوابط کی تقلید کریں۔

چند مفید مشورے

❖.... جس طرح دکھ بانٹنے سے اس کی شدت میں کمی آجاتی ہے اسی طرح اگر مسئلے کو بانٹا جائے تو وہ آدھا رہ جاتا ہے۔ اگر آپ ذہنی کشیدگی میں مبتلا ہیں تو اپنا مسئلہ کسی ایسے شخص سے بیان کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہوں، آپ یقیناً بہتر محسوس کریں گے۔

❖.... نوٹس بناتے وقت لال روشنائی بھی استعمال کریں۔ لال روشنائی سے لکھے ہوئے الفاظ نسبتاً تادیر ذہن میں رہتے ہیں۔

❖.... اسباق کو دوہرانے کا ایک منصوبہ بنائیں اور اس پر سختی سے عمل کریں۔ خود کو اتنا وقت دیں کہ پورا کورس دوہرا سکیں۔ ترجیحاً دو مرتبہ۔

❖.... دماغ کو سکون پہنچانے کے لیے اپنا ذہن کسی بھی شے پر مرکوز کریں۔ مراقبہ، یوگا وغیرہ یا کوئی بھی ایسی مشق جس سے آپ کی توجہ دوسری طرف مبذول ہو۔ یہاں آپ کے ذہن کے تناؤ اور کشیدگی کو کم کرنے اور ذہن کو مرکوز کرنے میں مددگار ثابت ہوگی۔

❖.... اپنے ٹیچر یا ٹیوٹر سے مدد لیں۔ ان سے پوچھیں کہ کورس کس طرح دوہرائیں اور کس طرح امتحان کی تیاری کریں۔

❖.... پوری نیند لیں، پیٹ بھر کر کھائیں اور تھوڑی بہت ورزش کریں۔

❖.... حتی المقدور محنت کریں۔ انسان کوشش ہی کر سکتا ہے۔ اس سے زیادہ تو کوئی کچھ نہیں کر سکتا۔

❋

تاج محل کا حسن ماند پڑنے لگا

امریکی یونیورسٹی جارجیا انسٹی ٹیوٹ آف ٹیکنالوجی کے سائنسدان پروفیسر مائیک برجن نے ایک تحقیق کی ہے جس میں انکشاف ہوا کہ تاج محل کے اردگرد کے علاقے میں اپلے اور لکڑیاں جلانے سے بننے والی گیس اور دیگر آلودگی سے پیدا ہونے والی گیسوں کے ذرات سفید سنگ مرمر کے اوپر چپک رہے ہیں۔ اس کی سطح پر براؤن کاربن، سیاہ کاربن اور مٹی کے ذرات جمع ہو رہے ہیں جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ تیزی سے دھندلا رہا ہے، خصوصاً براؤن کاربن الٹراوائلٹ روشنی کو جذب کرتی ہے جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ سفید کی بجائے بھورا اور میلا نظر آتا ہے۔

صحت مند زندگی

آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر و جواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو پنکچر، ایکوپریشر، ریفلیکسولوجی، ہپنو تھراپی، شیاتسو، الیگزینڈر تکنیک، آیورویدہ، فینگ شوئی، تائی چی، آریڈیولوجی، کائنیسولوجی، مساج، کی کونگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔

فینگ شوئی

Feng Shui 風水

فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر یا کام کی جگہ میں روبہ عمل ہوسکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہوسکتا ہے۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔

تیرہواں حصہ

گزشتہ سے پیوستہ

شاہینہ جمیل

فرہاد اچانک علشبہ کے گھر پہنچ گیا۔ وہ اس کا فون ریسیو نہیں کر رہی تھی اور فرہاد کے لئے اس سے بات کرنا اشد ضروری تھا۔

دروازے پر فرہاد کو دیکھ کر فضاء کا چہرہ کھل اٹھا۔

"فرہاد بھائی آپ.... تھینک گاڈ آپ آ گئے تو سہی۔" اس نے جلدی سے پورا دروازہ کھول دیا۔

"انکل ہیں گھر پر۔" اس نے رسمی طور پر پوچھا۔

"نہیں وہ تو آفس میں ہیں۔ ہاں مما بیٹھی ہیں۔ اسے اندر تو آئیے...." وہ اس کا ہاتھ پکڑ کر اندر لے گئی۔

مسز رحمان نے لئے فرہاد کی موجودگی کسی حیرت سے کم نہ تھی اور علشبہ.... اسے کچھ سمجھ نہیں آ رہا تھا کہ وہ فرہاد سے کیا بات کرے گی۔

"آنٹی بہت آپ کی اجازت ہو تو میں علشبہ سے ملنا چاہتا ہوں۔" فضاء علشبہ کو تو غش کرنے میں ناکام رہی تھی۔

"بیٹا تم تو جانتے ہو کہ وہ کتنی حساس ہے۔ اس وقت وہ الجھن کا شکار ہے کہیں کوئی بات تمہارا دل نہ دکھا دے شاید اسی لئے ملنے سے کترا رہی ہے۔" مسز رحمان علشبہ کی حالت بیان کرنے لگیں۔

"آنٹی جو ہوا ہے اب اس سے زیادہ کیا دل دکھائے گی میرا۔" مسز رحمان نے اس کے لہجے میں درد کو واضح طور پر محسوس کیا۔

"تم چاہو تو اس کے کمرے میں جا کر مل لو۔ میری طرف سے اجازت ہے۔" وہ کھڑی ہو گئیں۔

"جی شکریہ آنٹی۔"

دروازے پر ہونے والی دستک علشبہ کو فرہاد کے آنے کا پتہ دے رہی تھی۔ وہ جانتی تھی اگر باہر نہ گئی تو وہ اندر چلا آئے گا۔ وہ اپنے دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں پھنسائے تکیے پر بیٹھی تھی۔

"تو اب شکل بھی نہیں دیکھنی۔" فرہاد نے درد سے کہا۔ علشبہ نے نظر اٹھا کر فرہاد کی طرف دیکھا اور پھر اسے خود پر ضبط نہ رہا۔ وہ بے اختیار رو پڑی۔

فرہاد سے اس کا رونا نہیں دیکھا جا رہا تھا۔ "کیا ہو گیا ہے تمہیں.... کیا کر رہی ہو اپنے ساتھ۔؟ تم سے کم مجھ سے بات تو کرو۔ آخر ایسا کیا ہوا کہ تم مجھ سے بات کرنے کی بھی روادار نہیں۔" فرہاد نے شکایتوں کا دفتر کھول دیا۔

"نہیں فرہاد آپ سے کچھ نہیں ہوا۔ سچ تو یہ ہے کوئی بھی قصوروار نہیں۔"

"تو پھر کوئی تو وجہ ہے نہ اس سب کی۔"

"بس نہ جانے کیوں میں آپ کے گھر میں خود کو کمفرٹیبل محسوس نہیں کرتی۔"

"کیا مطلب؟"

"مطلب یہ کہ مجھے وہاں گھبراہٹ ہوتی ہے۔ وہاں جاتی ہوں تو آپ سے چڑنے لگتی ہوں اور پھر رات بھر ڈراؤنے خواب مجھے اذیت میں جکڑے رکھتے ہیں۔ آئی ایم سوری فرہاد.... مگر مجھے کچھ بھی سمجھ نہیں آ رہا میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔"

"تو تم نے مجھے یہ سب بتایا کیوں نہیں؟" فرہاد کا لہجہ نرم پڑ گیا۔

"کب بتاتی.... آپ آج کل پہلے سے زیادہ مصروف ہوتے ہیں اور سچ تو یہ ہے کہ کیا بتاتی۔" وہ

ہچکیاں لے کر رونے لگی "بس مجھے شادی نہیں کرنی۔"

"لیکن یہ کوئی معقول وجہ تو نہیں۔" فرہاد کے لہجے میں الجھن تھی، مگر علشبہ کے پاس سوائے آنسوؤں کے کوئی اور جواب نہ تھا۔

❖❖❖

"کیا ہو گیا ہے یہ سب کچھ؟ کس کی نظر کھا گئی میری بچی کو۔؟" مسز رحمان نے رونا شروع کر دیا۔

"مجھے تو لگتا ہے کسی نے جادو کروا دیا ہے ہمارے بچوں پر۔" مسز غیاث بولیں۔ وہ فرہاد کو یوں مایوس دیکھ کر علشبہ سے ملنے آئیں تھیں۔ علشبہ انہیں بہت عزیز ہو گئی تھی۔

رحمان صاحب نے ایک نظر ان کی طرف دیکھا۔ وہ ان کی نظر کا مطلب سمجھ کر جلدی سے بولیں "ارے بھائی صاحب جادو ٹونہ کوئی وہم نہیں حقیقت ہی ہے اور پھر سوچیئے ہماری علشبہ کوئی کم عقل یا بیوقوف لڑکی تو نہیں جو کسی کے کہے میں آسانی سے آ جائے۔ دونوں کی تین سال پرانی دوستی ہے۔ ایک دوسرے کی ہر بات سمجھتے ہیں۔ جان چھڑکتے ہیں اور سب سے بڑھ یہ کہ ایک دوسرے سے پیار کرتے ہیں۔ اب ایسے رشتوں میں جلنے والے کوئی کم تو نہیں ہوتے نا۔" انھوں نے بڑی تفصیل سے اپنے شک کی توجیح بیان کر دی۔

بات ان کی معقول تھی۔ وہ خاموش سوچتے رہے۔

"اگر آپ لوگ برا نہ مانے تو میں ایک صاحب کو جانتی ہوں بہت نیک اور عبادت گزار ہیں۔" انہیں چپ دیکھ کر مسز غیاث نے حل پیش کیا۔

"میرا مطلب ہے اللہ تعالیٰ نے ان کی دعا میں بڑا اثر رکھا ہے۔ ان کے دم سے تو کئی مریض شفایاب ہو چکے ہیں ساتھ ساتھ وہ لوگوں کے دیگر ذہنی اور گھریلو مسائل کا حل بھی بتاتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ لوگوں کی زندگی میں بہتری لانے میں مصروف ہیں۔" مسز غیاث نے تعریفوں کے پل باندھ دیئے۔

"میری مانیئے بھائی صاحب تو آپ چل کر ان سے مل لیجئے۔ یقین کیجئے آپ کو بہت تسلی ہو گی اور انشاء اللہ اس مسئلے کا حل بھی نکل آئے گا۔"

مسز غیاث رحمان صاحب کو اپنے ایک جاننے والے مولوی صاحب سے ملوانے پر بضد تھیں۔

ان کی اتنی تعریفیں اور مسز غیاث کے اتنے اصرار کے بعد انکار کی گنجائش نہ تھی۔

❖❖❖

ویسے تو خان صاحب کا امپورٹ ایکسپورٹ کا بزنس ہے۔ مگر ان کے دم سے شفایابی اور دیگر متبادل طریقہ علاج کی وجہ سے مسز غیاث ان کو مولوی صاحب کہا کرتی تھیں۔ مسز غیاث کے فون کرنے پر پتہ چلا کہ وہ کسی ورکشاپ کے سلسلے میں باہر جا رہے ہیں۔ اس لئے ملاقات بند ہے۔ مگر خاندانی مراسم ہونے کی وجہ سے وہ انکار نہ کر سکے اور اور پھر ان کی میٹنگ رحمان صاحب کے گھر پر ہی طے کروا دی گئی۔

رحمان صاحب ان سے مل کر بہت مطمئن ہوئے وہ ان کی شخصیت سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے انھوں نے کچھ دیر علشبہ سے بھی ایک تفصیلی ملاقات کی۔ وہ اس سے اس کے مشاغل اور فرہاد سے اس کی دوستی سے متعلق کئی باتیں پوچھتے رہے۔

علشبہ نے بھی ہر بات مختصر انہیں سچ سچ بتا دی۔ اس دوران وہ گھر کا بھی جائزہ لے رہے تھے۔ انھوں نے فرہاد کے حوالے سے بھی کچھ ضروری معلومات مسز غیاث سے حاصل کیں۔

وہ علشبہ سے مل کر بہت خوش ہوئے "ماشاء اللہ آپ کی بیٹی بہت ذہین ہے"۔ بیگم رحمان تو پھولے نہیں

سمائیں، مسز غیاث چہک کر بولیں "بھائی صاحب میری ہونے تو اپنا گھر بھی بہت خوبصورت بنوایا ہے۔ آپ دیکھیں گے تو حیران رہ جائیں گے۔"

مسز غیاث کے علشبہ کو بہو کہنے پر رحمان صاحب کے چہرے پر مسکراہٹ پھیل گئی۔ انھوں نے دل ہی دل میں اللہ کا شکر ادا کیا۔ "ارے تو پھر دیر کس بات کی میں بھی گھر دیکھنا چاہوں گا۔ اچھا ہے میری ایک ملاقات فرہاد سے بھی ہو جائے گی۔"

"کیوں بھابھی فرہاد تو گھر پر مل جائے گا نال۔"
ان کے اچانک کھڑے ہو جانے پر سب تھوڑے حیران ہوئے۔ مگر پھر مسز غیاث نے فوری ہامی بھر لی۔ "ہاں ہاں ضرور۔ جب تک ہم پہنچیں گے وہ بھی آفس سے گھر پہنچ چکا ہوگا" وہ گاڑی کی چابی نکال کر کھڑی ہو گئیں۔

گھر پہنچ کر سب سے پہلے انھوں کمرہ دیکھنے کی خواہش ظاہر کی۔ وہ کافی دیر کمرے کا جائزہ لیتے رہے۔

اور پھر ڈرائنگ روم میں بیٹھے ہوئے چائے کے دوران فرہاد سے بہت سی باتیں بھی کیں۔

"خان صاحب....! آپ نے کیا دیکھا مسئلہ کہاں ہے۔" کافی دیر گزرنے کے بعد جب خان صاحب کسی طرح کی کوئی بات نہ کی تو مسز غیاث سے رہا نہ گیا۔

"بھابھی مجھے یقین ہے کہ آپ میری بات مثبت انداز میں سمجھیں گی۔"

"جی بالکل بھائی صاحب آپ بتایئے تو صحیح"
"دراصل بھابھی علشبہ ماشاء اللہ بہت ذہین مگر بہت زیادہ حساس لڑکی ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ یہ مسئلہ وقت سے پہلے سامنے آگیا۔"

"کیسا مسئلہ ....؟؟" اب فرہاد کے بھی کان کھڑے ہو گئے۔

"کیا کوئی جادو ٹونہ یا اللہ خیر ....؟" مسز غیاث بولیں

"ارے نہیں بالکل نہیں۔ آپ کو شاید یاد ہو تین چار مہینے پہلے ہم نے کچھ باتیں انٹیریر ڈیکور اور زیبائش سے متعلق کیں تھیں جس میں ہم نے فینگ شوئی کی سائنس سے آپ کو متعارف کروایا تھا۔"

"جی ہاں کچھ کچھ یاد ہے۔ بہت دلچسپ موضوع تھا۔"

"اس کا مطلب آپ نے سب کچھ دلچسپی سے سنا مگر گھر کی تزئین و آرائش میں اس کا بالکل خیال نہ رکھا۔" وہ شاکی لہجے میں بولے۔

"جی بھائی صاحب۔ بس خیال ہی نہیں رہا۔ ویسے کچھ صحیح طرح یاد بھی نہیں۔" مسز غیاث خجالت سے بولیں۔

"مگر ابھی فینگ شوئی کا ذکر کہاں سے آگیا۔" فرہاد بے چینی سے بولا

"ارے بیٹا یہی تو اصل جڑ ہے۔"
"انکل پلیز کھل کر بات کیجیے۔ مجھے اب بے تابی ہو رہی ہے۔"

"جانتا ہوں بیٹا۔ اسی لئے پہلے تمہید باندھ رہا تھا۔ خیر اب تم پہلے میری پوری بات سننا اور پھر کوئی رائے یا سوال کرنا۔ ٹھیک۔" وہ سنجیدگی سے بولے۔

فرہاد اثبات میں سر ہلا کر مزید قریب ہو کر بیٹھ گیا۔ "دراصل بیٹا اس میں کوئی شک نہیں کہ تمہارے کمرے سے باہر کا نظارہ بہت خوبصورت ہے۔ شام میں ڈوبتا ہوا سورج بہت دلفریب منظر پیش کرتا ہے مگر تمہیں اپنا ریلیشن بچانے کے لئے ڈوبتے سورج کی نہیں بلکہ ابھرتے سورج کے نظارے کی ضرورت ہے۔"

"انکل...." فرہاد لجاجت سے بولا۔ "مجھے کچھ

سمجھ نہیں آرہا.... پلیز ٹیک اِٹ ایزی"

"او کے۔ بھئی فینگ شوئی کے اصولوں کے مطابق توانائی کا بہاؤ ہر سمت میں مختلف خواص لئے ہوئے ہوتا ہے جو ہماری صحت، ہمارے رزق، تعلقات اور بالخصوص ازدواجی رشتوں پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ خواص ہم پر انفرادی طور پر اثر انداز ہوتے ہیں اس لئے ایک ہی سمت دو مختلف افراد میں مختلف اثرات پیدا کر سکتی ہے۔ ان اثرات سے زندگی کے دیگر معاملات کے مقابلے میں باہمی تعلقات زیادہ جلدی متاثر ہوتے ہیں۔"

"علشبہ چونکہ ایک بہت زیادہ حساس طبیعت کی لڑکی ہے اس لئے اس پر ان کا اثر جلد سامنے آگیا۔ اور تم دونوں شادی کے بعد کی الجھنوں سے بچ گئے، دراصل تم دونوں کے ذاتی پاکوا نمبر کے لحاظ سے یہ سمت تم دونوں کے تعلقات سے لئے بالکل بھی موافق نہیں۔"

"وہ یہاں ڈر خوف محسوس کرے گی۔ اسے ڈراؤنے خواب آئیں گے اور تمہارا ذہن بھی کاروبار یا دیگر مسائل میں زیادہ الجھا رہے گا اور خود کو کام میں زیادہ مصروف پاؤ گے جو علشبہ میں عدم تحفظ پیدا کرے گا اور یہ جو اتنا بڑا سا ٹرانسفارمر بالکل تمہارے کمرے کے منہ پر لگا ہوا ہے یہ شا توانائی پیدا کرتا ہے جس کے بہت برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔"

"انکل یہی سب تو ہو رہا ہے۔"

"میری رائے اور علم کے مطابق انہیں گراؤنڈ فلور پر اس کمرے میں شفٹ کر دیا جائے" انھوں نے ڈرائنگ روم سے متصل بڑے کمرے کی جانب اشارہ کیا۔

"مگر علشبہ نے وہ بہت دل سے بنوایا ہے۔" فرہاد نے مزاحمت کی

خان صاحب مسکرا دیئے۔ "ٹھیک ہے بیٹا اس کے لئے پھر میری ہدایات کے مطابق یہ تبدیلیاں کرواؤ اور ہاں دھیان رہے تمہارے کمرے کا رنگ فیشن کے مطابق تو ہے لیکن موزوں نہیں، بہت ڈل ہے اسے تو بدلوانا ہی پڑے گا۔"

"جی انکل آپ بتائیے۔ میں آپ کی ہدایات پر عمل کرنے کی پوری کوشش کروں گا۔" اسے تسلی ہوئی

"ہم...." خان صاحب نے کچھ ضروری سامان کی لسٹ اسے دی۔ "یہ سامان سستا بھی ہے اور با آسانی دستیاب بھی" انھوں نے کہا اور پھر اسے کمرے میں مختلف سمتوں میں رکھنے کے لئے کہا۔ رنگ بدلنے کی ہدایات تو وہ پہلے ہی دے چکے تھے۔ مگر جس بات وہ مصر تھے وہ مختلف جھروکوں اور کھڑکیوں کا بنوانا تھا۔ کمرے کے دروازے کا رخ بدلا جائے جس پر وہ کسی بھی طرح کے سمجھوتے کے لئے تیار نہ تھے۔

"مگر اتنی رقم تو ہم پہلے ہی لگا چکے ہیں بھائی صاحب" مسز غیاث پریشانی سے بولیں

"بھابھی میں تو آپ سے کہہ رہا ہوں کہ ان دونوں کے پاکوا ایچ کے مطابق یہ کمرہ سب سے زیادہ موافق ہے۔"

"ارے بیٹا اس کمرے کا اچار ڈالو گے جب علشبہ ہی ساتھ نہ ہوگی۔" مسز غیاث نے فرہاد کو یوں سوچتا ہوا دیکھ کر سرزنش کی۔

"جی آپ صحیح کہہ رہی ہیں۔ ٹھیک ہے انکل آپ جیسا مناسب سمجھیں۔"

اور پھر گراؤنڈ فلور کے اس کمرے کو خان صاحب کی مزید کچھ ہدایات کے مطابق آراستہ کیا گیا۔ ان کی ہدایت پر اب علشبہ بھی تقریباً روز ہی وہاں آتی تا کہ اس کی پسند کو مد نظر رکھا جاسکے۔ تقریباً ہفتہ دس دن میں

سامان کی منتقلی اور دیگر آرائش کا کام مکمل ہو چکا تھا۔ اسے آنے کے لئے کس طرح منایا گیا۔ یہ ایک الگ کہانی ہے۔ خان صاحب اب علشبہ سے ملنا چاہتے تھے۔ ان کی خواہش پر علشبہ اور تمام گھر والوں کو دعوت پر مدعو کیا گیا تھا۔

سب نے محسوس کیا علشبہ گھبرائی ہوئی تھی مگر اس کی بے چینی میں کمی تھی۔ سب سے بڑی خبر یہ کہ علشبہ شادی کے لئے مان گئی تھی۔

مسز رحمان ان تمام باتوں پر یقین نہیں کر پا رہی تھیں۔ "خان صاحب کیا واقعی یہ سمتیں اتنی اثر انداز ہوتی ہیں۔" بیگم رحمان حیرت سے بولیں۔ خان صاحب کوئی جواب دیئے بغیر مسکرا دیئے۔

❖❖❖

(دوستو ہمیں آپ کو یہ بتاتے ہوئے خوشی محسوس ہو رہی ہے کہ جب تک آپ اس قسط کا مطالعہ کر رہے ہوں گے تب تک یعنی فروری 2015 میں دونوں رشتہ ازدواج کے خوبصورت بندھن میں بندھ چکے ہوں گے۔

قارئین! جنرل پاکوا کے ساتھ ساتھ ذاتی پاکوا نمبر کی اہمیت تو آپ سمجھ گئے ہوں گے۔ یہ نہ صرف گھریلو بلکہ کاروباری تعلقات پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ آپ اپنے ذاتی پاکوا نمبر سے کس طرح اپنی زندگی میں بالخصوص تعلقات میں بہتری لا سکتے ہیں اس کا کیسے اور آپ کے لئے موافق اور ناموافق سمتوں سے متعلق دیگر معلومات انشاءاللہ ہم آنے والی اقساط میں بیان کریں گے۔)

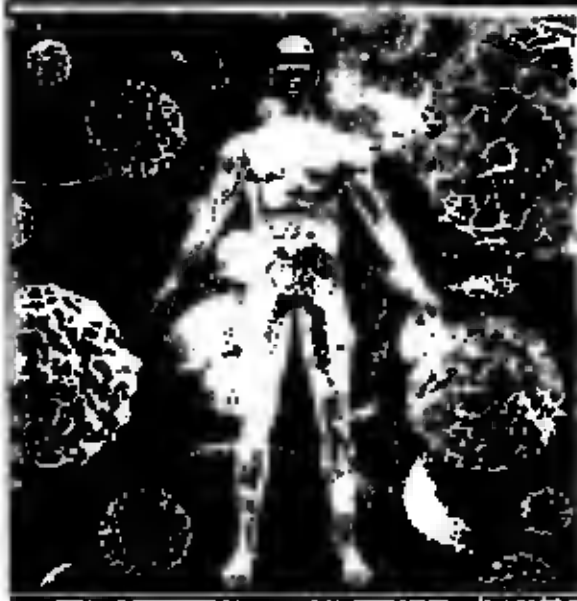
ٹریفک قوانین میں رنگوں کا استعمال کیسے شروع ہوا....؟

آج سے تقریباً 200 سال قبل برطانیہ میں ریلوے انجینئرز نے ریل گاڑیوں کے لیے اشاروں کا نظام وضع کیا جس میں سرخ بتی رکنے کے لیے، سفید بتی چلنے کے لیے اور سبز بتی محتاط رہنے کے لیے استعمال کی جاتی تھی۔ سفید رنگ کے کچھ مسائل کی وجہ سے بالآخر اسے ترک کر دیا گیا اور نئے نظام کے تحت سرخ رکنے کے لیے، سبز چلنے کے لیے اور پیلا رنگ محتاط اور تیار رہنے کے لیے استعمال کیا جانے لگا۔

انیسویں صدی کے وسط میں انگلینڈ میں گھوڑا گاڑیوں کا رش بہت بڑھ گیا تو ریلوے انجینئر جون پیک نائٹ نے انتظامیہ کو ریلوے کی تین روشنیاں سڑکوں پر بھی استعمال کی تجویز دی۔ ابتدا میں تو یہ نظام بہت کامیاب رہا لیکن روشنیوں کو گیس فراہم کرنے والا ایک پائپ لیک ہونے سے آگ لگ گئی اور ایک پولیس والا شدید زخمی ہو گیا۔ اس کے بعد برطانیہ میں ان روشنیوں کا استعمال بند کر دیا گیا لیکن اسی دوران امریکیوں نے انہیں کامیابی سے استعمال کرنا شروع کر دیا۔

ایک امریکی پولیس مین ولیم ایل پاٹس نے 1920ء میں چوراہے میں چاروں طرف آنے والی ٹریفک کو کنٹرول کرنے کے لیے اشاروں کا نظام متعارف کروایا جس میں معمولی تبدیلیوں کے بعد یہ پہلے سارے امریکہ اور پھر ساری دنیا میں استعمال ہونے لگا۔

کینسر CANCER .... اب مہلک مرض نہیں رہا....

بروقت تشخیص سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔

انسانی شعور نے جیسے جیسے ارتقا کے مراحل طے کیے اسی مناسبت سے نت نئی ایجادات منظر عام پر آتی گئیں، غاروں میں رہائش کے دور سے جدید مشینی دور تک ہر شعبہ میں ترقی کی راہیں ہموار ہوتی گئیں۔

اب شعبہ طب کو ہی لے لیجئے، کبھی جو بیماریاں جان لیوا تصور کی جاتی تھیں اب ان میں بیشتر کا تو دنیا سے خاتمہ ہو چکا ہے اور بعض پر قابو پایا جا رہا ہے۔

انسان کو زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے واسطہ پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی آدھی جان لے لیتا ہے۔ چند برس قبل اگر کسی مریض میں ٹیومر اور کینسر کی تشخیص کر دی جاتی تو ورثا کے پیروں تلے سے زمین نکل جاتی تھی، لیکن اب نئے طریقہ علاج کی آمد سے کینسر کا علاج بھی ممکن ہو گیا ہے۔ ماہرین کے مطابق اگر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے، مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی تشخیص کی شرح بہت کم ہے اس کی ایک بڑی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے واسطہ پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی آدھی جان لے لیتا ہے۔ پاکستان سمیت دنیا بھر میں کینسر تیزی سے پھیل رہا ہے۔ ماہرین کے مطابق دنیا بھر میں سالانہ ایک کروڑ 27 لاکھ سے زیادہ افراد مختلف اقسام کے کینسر کا شکار ہوتے ہیں اور ہر سال 81 لاکھ سے زیادہ افراد کینسر کے ہاتھوں زندگی کی بازی ہار جاتے ہیں۔ پاکستان میں تقریباً پچاسی ہزار افراد اس مہلک مرض کے باعث موت کے منہ میں چلے جاتے ہیں۔ موجودہ صورتحال کو کنٹرول نہ کیا گیا تو 2030 میں کینسر میں سالانہ مبتلا ہونے والے افراد کی تعداد 2 کروڑ 60 لاکھ اور ہلاک ہونے والوں کی تعداد ڈیڑھ کروڑ سے تجاوز کرنے کا خدشہ ہے۔

طبی ماہرین کے مطابق دنیا میں کینسر کی 17 فیصد اموات پھیپھڑوں، 11 فیصد پیٹ جبکہ 7 فیصد اموات چھاتی کے کینسر کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ پاکستانی خواتین میں ہر سال لگ بھگ 90 ہزار سے زیادہ کینسر کے کیس رپورٹ ہوتے ہیں، خواتین میں

بریسٹ کینسر جبکہ مردوں میں پھیپھڑوں اور پراسٹیٹ کے علاوہ منہ کے سرطان میں تشویشناک حد تک اضافہ دیکھا گیا ہے۔

اعداد وشمار کے مطابق ہر سال اسی لاکھ افراد اس مہلک مرض کی بھینٹ چڑھ رہے ہیں لیکن ان میں سے بہت سے مریض ایسے بھی ہیں جو اس بیماری کو شکست دینے میں کامیاب رہے ہیں۔ ڈاکٹرز کا کہنا ہے کینسر کی تشخیص اگر بر وقت ہو جائے تو علاج میں آسانی ہو جاتی ہے اور مرض کے قابو میں آکر جسم میں پھیلنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

کینسر ایک ایسا مرض ہے جس کی جلد تشخیص نہ ہونے سے انسان کی موت یقینی ہے۔ اگر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی تشخیص کی شرح بہت کم ہے۔ اس کی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

کینسر کی ابتدائی علامات میں مستقل تھکن، وزن میں اچانک کمی، درد، بخار، ہاضمے کی مسلسل خرابی اور کھانسی وغیرہ شامل ہیں۔ ماہرین طب کے مطابق کینسر کے پھیلنے کی بڑی وجوہات تمباکو نوشی، حفظان صحت کے اصولوں پر عملدرآمد نہ کرنا ہے۔ پان چھالیہ گٹکا کینسر کی بڑی وجوہات میں شامل ہیں۔ کینسر کے خطرناک مرض سے متعلق عوام میں شعور بیدار کرنے کی اشد ضرورت ہے۔

کینسر میں اضافے کی پہلی اہم وجہ

کینسر کی وجہ سے اکثر اموات کی وجہ یہ نہیں کہ ان کا علاج کیا جانا ممکن نہیں، بلکہ یہ ہے کہ ایک تو وہ خود جان بوجھ کر اس مرض کو اپنا رہے ہیں اور دوسری وجہ یہ کہ وہ کینسر کی علامات کو نظر انداز کر رہے ہیں۔

پاکستان اور خاص کر کراچی میں "کینسر" سب سے سستی بیماری ہے۔ صرف ایک روپیہ دیں اور بیماری ساتھ لے جائیں۔ زندہ رہنے کے لئے ایک روپے میں یہاں ایک روٹی نہیں ملتی، لیکن، کینسر کے ہاتھوں مرنے کے لئے ایک روپے کا سکہ ہی کافی ہے۔ سرکاری ہو، پرائیویٹ ہو یا ملٹی نیشنل کمپنی کا آفس کہیں بھی چلے جایئے، سب سے زیادہ سپاری، گٹکے اور مین پوری کے ریپر آپ کو یہاں وہاں، یا کونے کھدروں میں پڑے مل جائیں گے۔ ایک روپے میں ملنے والی رنگین میٹھی سپاری کے رنگ برنگے ریپرز، مین پوری کی واٹر پروف تھیلیاں اور گٹکے کے کاغذ اور شاپرز اس بڑی تعداد میں اور یوں ہر جگہ اڑتے مل جاتے ہیں جیسے برسات کی پہلی بارش کے قطرے زمین پر بکھرتے نظر آتے ہیں۔

کیا امیر اور کیا غریب گٹکے، سپاری اور مین پوری کھانے والوں میں اس طرح کی تفریق نہیں۔ یہ بری عادتیں کچھ اس طرح لوگوں کو اپنا غلام بنا لیتی ہیں کہ نقصان ہونے کے باوجود لوگ انہیں چھوڑنے اور بدلنے کو تیار نہیں ہوتے اور ہر قیمت پر جاری رکھتے ہیں.... بیشتر افراد تو یہ شکایت بھی کرتے ہوئے مل جاتے ہیں کہ اگر وہ یہ چیزیں استعمال نہ کریں تو ان کا ذہن کام ہی نہیں کرتا، ان پر سستی چھائی رہتی ہے اور دماغ سن رہتا ہے۔

گٹکا کی چھالیوں میں فنگس یعنی پھپھوندی آجاتی ہے۔ جس کی تیزی اور کڑواہٹ کو کم کرنے کے لئے اس میں مصنوعی رنگوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے۔ قوام

کینسر کی یہ علامات ہیں پر توجہ دی جائے تو بڑے نقصان سے بچا جا سکتا

کینسر ایک موذی اور مہلک مرض ہے، کچھ لوگوں میں اس کی تشخیص اس وقت ہوتی ہے جب اس کا علاج ممکن نہیں رہتا۔ برطانوی ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ اگر کینسر کی ابتدائی علامات پر ہی توجہ دی جائے تو آنے والے بڑے نقصان سے بچا جا سکتا ہے۔ برطانیہ میں کیے گئے سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ کینسر کے شکار لوگوں میں نصف نے ابتدائی علامات کو خاص اہمیت نہ دی، ڈاکٹروں سے رابطہ نہ کیا اور انہوں نے آنے والے دنوں میں بڑا نقصان کا سامنا کیا۔ آیئے آپ کو کینسر کی ابتدائی علامات بتاتے ہیں۔

- اگر آپ کو مستقل کھانسی لاحق ہو جائے تو فوراً ڈاکٹر سے ملیں کیونکہ یہ پھیپھڑوں کے کینسر کی ابتدائی علامت ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کے تل یا موہکے کے بننے میں تبدیلی ظاہر ہو تو یہ جلد کے سرطان کی طرف اشارہ ہو سکتا ہے۔
- آنت کے رویے میں غیر معمولی تبدیلی آنت کے کینسر کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے۔
- اگر آپ کے منہ کے چھالے مستقل رہیں اور ٹھیک نہ ہوں تو یہ منہ کے سرطان کی ممکنہ علامت ہے۔
- اگر آپ کو کوئی چیز کھاتے ہوئے نگلنے میں مشکل ہو اور یہ علامت جاری رہے تو یہ گلے کے کینسر کی وجہ ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کا وزن بغیر کسی وجہ کے کم ہو رہا ہے تو ممکن ہے کہ یہ مختلف طرح کے کینسرز کی ابتدائی علامت ہے۔
- اگر آپ کے مثانے میں کوئی غیر معمولی تبدیلی آ رہی ہے اور آپ کو پیشاب کرنے میں دشواری ہے تو یہ مثانے اور پروسٹیٹ کینسر کی علامت ہو سکتی ہے۔
- جسم کے کسی حصہ میں مستقل درد بھی کینسر کی ممکنہ علامت ہے۔
- بغیر کسی ظاہری وجہ کے خون کا مسلسل رسنا مختلف طرح کے کینسرز مثلاً آنت وغیرہ کی ابتدائی علامت ہے۔
- بغیر کسی وجہ کے جلد پر سرخ نشانات بننا بھی سرطان کی علامت ہو سکتی ہے۔
- ضروری نہیں کہ اوپر بیان کی گئی باتوں میں کسی ایک میں مبتلا ہونے کے بعد کینسر یقینی ہو لیکن پھر بھی ایسی صورتوں میں معالج سے مشورہ کرنا بہتر ہے تاکہ بڑے نقصان سے بچا جا سکے۔

اور تمباکو کا ذائقہ بھی اس کی کڑواہٹ کو چھپا لیتا ہے اور چونکہ لوگ اسے کھانے اور اس کے نشے کے عادی ہو چکے ہوتے ہیں لہٰذا وہ آسانی سے اسے چھوڑ نہیں پاتے۔ ناقص چھالیہ، غیر معیاری رنگوں اور دیگر مضر صحت اشیا سے بنائے جانے والے گٹکے اور مین پوری کے شائقین بہت بڑی تعداد میں موجود ہیں جو یہ جاننے کے باوجود کہ گٹکا اور مین پوری کینسر جیسی مہلک بیماری کا سبب بن سکتا ہے، اپنی لت سے دستبردار ہونے کو تیار نہیں ہوتے۔

پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کے عہدیدار ڈاکٹر قیصر سجاد کا کہنا ہے "گٹکا اور مین پوری کینسر اور منہ کی دیگر بیماریوں کی بنیادی وجہ ہے۔ طویل عرصے تک گٹکا اور مین پوری کھانے سے مسوڑوں، حلق، پھیپھڑوں، معدے اور پروسٹیٹ کینسر ہونے کے امکانات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔"

کینسر میں اضافے کی دوسری اہم وجہ

شاید یہ کینسر کا خوف ہی ہے کہ اکثر لوگ اس

بیماری کی ممکنہ علامات کو نظر انداز کر دیتے ہیں، ایک مطالعہ میں یہ بات سامنے آئی ہے۔

کل 1،700 لوگوں پر یہ مطالعہ کیا گیا جس میں تقریباً آدھے (53 فیصد) لوگوں نے کہا کہ تین ماہ پہلے انہیں کینسر سے کم سے کم ایک ممکنہ علامت کا احساس ہوا، لیکن ان میں سے صرف دو فیصد لوگوں کو ہی لگا کہ یہ کینسر کا ممکنہ علامت ہے۔ کینسر کی علامت والے لوگ بڑھتی عمر، انفیکشن، آرتھرائٹس Arthritis اور cysts کا مسئلہ سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں۔

یونیورسٹی کالج آف لندن میں تحقیق کرنے والی کترینہ وٹیکر Katrina whitaker کا کہنا ہے کہ کینسر کی علامات سامنے آنے کا مطلب یہ نہیں کہ وہ یقینی کینسر ہی ہے۔ یہ کینسر کے علاوہ دوسری بیماریوں کا علامات ہو سکتا ہے۔ لیکن شروع میں ہی اس پر توجہ دینا صحت کے لئے فائدہ مند ہوتا ہے۔

کینسر سے نجات کے لئے بہت سے طریقے اور ادویات مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ اس ضمن میں سب سے پہلے جرمن کے ڈاکٹر اوٹو ہنرچ نے اس کا قابل عمل علاج ڈھونڈ کر نوبل پرائز جیتا تھا۔ آج تو یہ حال ہے کہ کینسر کے اسپتال، تشخیص اور علاج کی سہولیات موجود ہیں لیکن بے شمار مریض ایسے ہیں کہ علاج کے لیے آگہی نہیں پہنچے۔

کینسر کی تشخیص

پاکستان میں کینسر سمیت بہت سے امراض کی تشخیص ممکن ہے۔ پاکستان دماغی اور مختلف اقسام کے کینسر میں تیسرے نمبر پر آتا ہے۔ کینسر کی عموماً وجوہات کے بارے میں اب تک معلوم نہیں ہو سکا ہے، تاہم ماحولیاتی آلودگی، جس میں سگریٹ نوشی، گٹکا، کارخانوں، فیکٹریوں، گاڑیوں کے دھوئیں کے علاوہ ماؤں کا بچوں کو اپنا دودھ نہ پلانا کینسر کی وجوہات میں شامل کیا جاتا ہے۔

ماہر امراض دماغ، نیورو سرجن اور جناح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پروفیسر شاہ ہاشم کا کہنا ہے کہ کینسر کی تشخیص اور علاج جتنا جلد ہو جائے، مریض کے صحت مند ہونے کے امکانات اتنے ہی زیادہ روشن ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ پاکستان میں کینسر کی تشخیص اور علاج کی تمام سہولتیں میسر ہیں۔

پاکستان میں ملکی یا انسانی جسم میں موجود کینسر سمیت کسی بھی مرض کی تشخیص کے لئے نیورو اسپائن اینڈ میڈیکل انسٹی ٹیوٹ میں PCT CT اسکین مشین نصب کی گئی ہے۔ پاکستان میں کینسر کی تشخیص کی یہ جدید ترین مشین صرف لاہور اور کراچی میں ہے۔ اس جدید ترین مشین کے ذریعے کسی بھی قسم کے کینسر کے علاوہ دل کے امراض اور دیگر بیماریوں کی درست بروقت تشخیص کی جا سکتی ہے۔

اس مشین کی خاصیت صرف یہ نہیں کہ یہ جسم میں موجود کینسر کا پتا چلاتی ہے بلکہ یہ مشین اس جگہ کو بھی دریافت کرتی ہے جہاں سے کینسر کی ابتدا ہوئی اور کینسر جسم کے کس کس حصے میں فعال یا غیر فعال ہے۔ یہ مشین بتاتی ہے کہ کینسر کو علاج کے لئے کس وقت چھیڑنا ہے یعنی جسم میں موجود کینسر کے خلیے کتنے عرصے تک غیر فعال رہیں گے اور کب فعال ہوں گے۔

یہ مشین کینسر کے علاج کیموتھراپی اور ریڈی ایشن کے بعد یہ بھی بتاتی ہے کہ ٹریٹمنٹ کس حد تک کارآمد ہوا ہے۔ مشین کے ذریعے پاکستان میں کینسر

دماغ امراض دماغ، نیورو سرجن اور جناح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پروفیسر ستار ہاشم، کینسر کا علاج کرنے والی گاما نائف مشین کے ہمراہ

کے مریضوں کو علاج کی معیاری اور سستی سہولت میسر ہوئی ہے۔ پاکستان میں اس مشین کے ذریعے کینسر کا علاج اتنا ارزاں ہو گیا ہے کہ امریکہ، یورپ، دبئی اور ہمسایہ ملکوں سے کینسر کے مریض علاج کے لئے یہاں آنے لگے ہیں۔

گاما نائف مشین
ٹیومر کے مریضوں کے لیے نئی زندگی

ملک کی طبی تاریخ میں پہلی بار دماغی ٹیومر کا علاج شعاعوں کے ذریعے صرف 30 منٹ میں ہو سکتا ہے۔ کراچی میں نیورو اسپائنل میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں بائیکل گاما نائف مشین کے تحت پاکستان بھی ان ترقی یافتہ ملکوں میں شامل ہو گیا ہے جہاں برین ٹیومر کا علاج شعاعوں کے ذریعے بغیر آپریشن کے صرف 30 منٹ میں ہو سکے گا۔ اور ملک میں موجود نیورو سرجن، نیورو فزیشن، ریڈیو انکولوجسٹ بہت کم خرچ میں برین ٹیومر، برین ہیمرج، مرگی، رعشہ، اور دماغی مریضوں کا علاج بہت ہی مناسب خرچ میں ہو سکے گا۔ اور مریضوں کو باہر کے ملک جا کر بہت مہنگے علاج کرنے سے چھٹکارا مل جائے گا۔

اس تکنیک کو سب سے پہلے 1967ء میں سوئڈن میں متعارف کرایا گیا تھا اور اس وقت دنیا بھر میں چار ہزار گاما نائف یونٹس مختلف ممالک میں لاکھوں مریضوں کا کامیاب علاج کر رہے ہیں۔ جن میں پاکستان بھی شامل ہے۔

پاکستان میں اس ٹیکنالوجی کو 2008ء میں جناح اسپتال نیورو سرجری کے سربراہ پروفیسر ڈاکٹر عبدالستار محمد ہاشم نے متعارف کروایا۔

اینڈوسکوپک نوزل
کینسر کا بغیر سرجری علاج

جناح اسپتال کراچی کے نیورو سرجری شعبے میں دماغ کی سرجری کیلئے نئی تکنیک متعارف کرادی گئی ہے۔ نئی تکنیک سے متاثرہ مریض کے دماغ کی جراحی کی جاسکے گی۔ اس جراحی کے دوران مریض کا سر (اسکل، کھوپڑی) کو کاٹے بغیر اینڈوسکوپک نوزل سے جراحی کی جاسکے گی۔ اینڈوسکوپک نوزل جراحی تکنیک میں متاثرہ مریض کے سر کا (اسکل کھوپڑی) کھولے بغیر ناک کے ذریعے دماغ تک پہنچا جاسکتا ہے۔ اس تکنیک میں مریض کے چہرے یا سر کو کاٹا نہیں جاتا، اس تکنیک سے ناک کے ذریعے کھوپڑی اور سر کی جملہ بیماریوں کا علاج کیا جاسکے گا۔

❖

گھریلو حادثات

گھر میں پیش آنے والے زیادہ تر حادثات خطرناک نہیں ہوتے تاہم لاپرواہی برتنے کی صورت میں یہ حادثے شدید بھی ثابت ہوسکتے ہیں۔ ان حادثات سے بچے سب سے زیادہ متاثر ہوسکتے ہیں۔

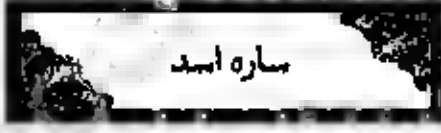
سارہ اسد

اگرچہ معمولی نوعیت کے گھریلو حادثات انسانی زندگی کا حصہ سمجھے جاتے ہیں لیکن اگر ان حادثات کے اسباب کا سنجیدگی سے جائزہ نہ لیا جائے تو یہ مستقبل میں کہیں زیادہ خطرناک بھی ثابت ہوسکتے ہیں۔ لاپرواہی اور جلد بازی جیسے عوامل حادثے کو جنم دیتے ہیں، اگر حاضر دماغی سے کام لیتے ہوئے چھوٹی بڑی غفلتوں پر قابو پالیا جائے تو خطرناک حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

آیئے چند وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں جو گھریلو حادثات کا سبب بن سکتی ہیں اور یہ بھی دیکھتے ہیں کہ ان کی روک تھام کے لیے کیا تدابیر کارگر ثابت ہوسکتی ہیں۔

برقی اشیاء کی درستگی

برقی اشیاء کا درست استعمال نہایت ضروری ہے، بصورت دیگر یہ اشیاء کسی بڑے حادثے کا سبب ضرور بن سکتی ہیں۔ برقی تاریں معمولی خرابی ظاہر ہونے پر فوری تبدیل کروا دینی چاہئیں، بلب، پنکھوں کی درستگی کا بھی ضرور خیال رکھیں۔ بجلی کے تمام تار اور پلگ پانی سے دور رکھیں، گیلے ہاتھوں سے بجلی کی اشیاء کو ہرگز ہاتھ نہ لگائیں، وائرنگ کا نظام معیاری ہو تو گھریلو حادثات کا خطرہ ختم ہوسکتا ہے۔

ایک سروے کے مطابق گھریلو حادثات کی بڑی وجہ بجلی سے آگ لگنا ہے۔ کرنٹ لگنے سے بھی شدید زخمی ہونے حتیٰ کہ موت کا خطرہ رہتا ہے۔

گھر میں تمام اقسام کی برقی تاروں کی کارکردگی پر بھی نظر رکھنا ضروری ہے تاکہ بے دھیانی میں کی گئی کوئی غلطی کسی جان لیوا حادثے کا سبب نہ بن جائے۔

کیمیاوی محلول کے استعمال میں احتیاط

کیمیاوی اشیاء اور ادویات کے استعمال کے بارے میں ہدایات ذہن نشین کرنا بہت ضروری ہے۔ اکثر گھروں میں غیر ضروری ادویات بھی طویل مدت تک رکھی رہتی ہیں، دواؤں پر ان کے کارآمد ہونے کی تاریخ درج ہوتی ہے۔ کوشش یہی ہونی چاہیے کہ

غیر ضروری ادویات گھر میں جمع نہ ہونے دیں، ہر قسم کی گولیاں، سیال محلول کے لیے ایک مخصوص خفیہ جگہ منتخب کریں، جنہیں استعمال سے قبل یقین کرلیں کہ یہ قابل استعمال ہیں۔ اکثر دوائیں گھر میں کسی بھی جگہ رکھ دی جاتی ہیں، جہاں موسمی اثرات سے وہ قبل از وقت آلود بھی ہو سکتی ہیں۔ صفائی کے لیے استعمال کیے جانے والے ڈیٹرجنٹ کے لیے بھی خاص جگہ منتخب کریں، انہیں کھلا نہ چھوڑیں۔

غیر ضروری اشیاء کا انبار حادثے کا سبب

گھر میں عموماً بچے اور بڑے بھی اپنی اشیاء ادھر ادھر پھیلا دیتے ہیں۔ بکھرے ہوئے گھر میں حادثات کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ خالی بوتلیں، برتن وغیرہ کے لیے الگ جگہیں مخصوص کریں۔ بعض گھروں میں سیڑھیوں پر کاٹھ کباڑ پھیلا نظر آتا ہے جن سے ٹھوکر کھا کر سخت چوٹ بھی لگ سکتی ہے۔ گھر میں جس حد تک صفائی ہوگی، حادثے کے امکانات بھی اتنے ہی کم ہوں گے۔

فرش، ٹائل دھوتے وقت بھی یہی کوشش ہونی چاہیے کہ فرش جلد خشک ہو جائے۔ گیلے فرش پر پھسلن سے معمر افراد اور بچے شدید زخمی ہو سکتے ہیں۔ ایسے واقعات بھی رونما ہوتے ہیں کہ گھٹنے فرش سے ہڈی ٹوٹ گئی۔ تیل جیسے چکنے سیال مادے گرنے کی صورت میں بھی فرش بروقت صاف کرلیں۔

تیز دھار آلات سے حفاظت

کچن گھر کا وہ حصہ کہا جاسکتا ہے، جہاں سب سے زیادہ حادثات رونما ہوتے ہیں، ماچس، چاقو، تیز دھار کے آلات کے استعمال میں معمولی لاپرواہی بھی بڑے حادثے کا سبب بن سکتی ہے۔ کچن سے نکلتے وقت گیس کے والو خاص طور پر چیک کریں۔ چولہا جلانے سے قبل ہی مکمل اطمینان کرلینا ضروری ہے کہ کہیں گیس تو نہیں پھیلی ہوئی۔ کھانے پینے کی اشیاء اور ایسی نوعیت کی غیر متعلقہ اشیاء بھی کچن میں رکھنے سے پرہیز کریں۔ شیشے کے برتن دھوتے وقت خصوصی احتیاط سے کام لیں، اگر شیشے کی کوئی چیز ٹوٹ جائے تو صفائی کو ٹالنے کی بجائے تمام کرچیاں سمیٹیں تاکہ کسی نقصان کا احتمال نہ رہے، کچن میں روشنی کا انتظام بہتر ہونا چاہیے اور کھانا پکاتے وقت جلد بازی سے کام نہ لیں۔

گھر کی صفائی سے قبل اہم اقدامات

گھر کی صفائی کے لیے، بلب ٹیوب لائٹ بدلتے وقت اور اونچائی پر چیزیں رکھنے کے لیے خاص طور پر احتیاط کرنا ضروری ہے جسے عموماً نظر انداز کردیا جاتا ہے۔ ایسی سیڑھی، اسٹول یا کرسی استعمال میں لائیں جو مضبوط ہو اور وزن سہار سکے۔ چھت، دیواروں کی صفائی کے لیے عموماً ایسا فرنیچر کام میں لایا جاتا ہے جو بوسیدہ ہو چکا ہو اور یہ غیر محفوظ سہارے بعض اوقات معذوری کا سبب بھی بن جاتے ہیں۔ صفائی کی شروعات سے پہلے کمرے میں شیشے کی اشیاء نوکیلی چیزیں بھی کہیں اور رکھ دیں۔ گرنے کی صورت میں اکثر یہی اشیاء شدید چوٹ کا سبب بن جاتی ہیں۔ حفاظت کے تمام پہلوؤں پر غور کرنے کے بعد صفائی کی ابتداء کریں بظاہر معمولی دکھائی دینے والی یہ احتیاطی تدابیر ہمیں کسی بھی ممکنہ حادثے سے محفوظ رکھ سکتی ہیں۔

بچوں کی حفاظت
کے لیے اہم اصول

عموماً معمولی دکھائی دینے والے اسباب بڑے حادثے کا سبب بن جاتے ہیں۔ گھر کے ہر حصے کو خصوصاً بچوں کی حفاظت کے لیے محفوظ بنانا بہت ضروری ہے، روزمرہ امور کی انجام دہی میں بھی غفلت برتنے سے حادثات پیش آسکتے ہیں مثلاً:

❖ .... گرم بھری ہوئی پانی کی بالٹی کے پاس بچوں کو تنہا نہ چھوڑیں، اسی طرح بھرے پانی کے ٹب، چلتی ہوئی واشنگ مشین اور کپڑے دھونے کی اشیاء بھی بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہوسکتی ہیں۔

❖ .... گھر میں چھوٹے بچوں کی موجودگی کی صورت میں آرائشی اشیاء کا استعمال دیکھ بھال کر کریں، انہیں اونچائی پر سجائیں۔ کھیل کود کے دوران بچے یہ اشیاء خود پر گرا کر زخمی بھی ہوسکتے ہیں۔

❖ .... گرم استری، ہیٹر، اوون جیسی اشیاء کے استعمال میں احتیاط سے کام لیں۔

❖ .... سیڑھیوں، چھت اور بالکونی پر حفاظتی اقدامات کرنا نہ بھولیں، چھت پر مضبوط ریلنگ ہونی چاہیے۔ سیڑھیاں آرام دہ ہوں اور بالکونی بھی اس انداز سے ترتیب دیں کہ چھوٹے بچے کھیل کود میں گرنے سے محفوظ رہیں۔

❖ .... ہر قسم کی زہریلی اشیاء بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

احتیاط، سمجھداری اور عملی حفاظتی اقدامات کے ذریعے حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے جو بعض اوقات جان لیوا بھی ثابت ہوسکتے ہیں۔

❄

نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں

اگر آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے

اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے.... یہ خیال رہے کہ موضوع اور تحریر کی حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کرسکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کاپی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجیے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین
روحانی ڈائجسٹ،
1-D,1/7 ناظم آباد۔ کراچی

ڈپریشن

جڑی بوٹیوں سے دور کریں

محمد زین حنیف

ہم خوش ہوتے ہیں تو ہمیں ساری دنیا خوش نظر آتی ہے۔ لیکن جب دل اداس ہوتا ہے تو زمانہ اداس نظر آتا ہے۔ بقول شاعر

دل تو میرا اداس ہے ناصر
شہر کیوں سائیں سائیں کرتا ہے

ہماری خوشی اور اداسی کبھی کبھی معمولی سی بات کا نتیجہ ہوتی ہے۔ کبھی ہم خود نہیں جانتے کہ اس کا سبب کیا ہے اور کبھی ہماری کامیابی یا ناکامی کسی مسرت انگیز یا غمگین واقعہ کا رد عمل ہوتی ہے۔

طبی ماہرین متفق ہیں کہ ڈپریشن کسی مخصوص طبقے یا غربت اور افلاس میں مبتلا افراد کی بیماری نہیں ہے۔ اس مرض میں کوئی بھی شخص مبتلا ہو سکتا ہے۔ خواہ وہ دولت مند ہو، فنکار، تاجر، سیاستدان یا عام فرد ہو۔ کوئی بھی مختلف عوامل کی زد میں آکر ڈپریشن زدہ ہو سکتا ہے۔ ڈپریشن میں اکثر افراد کے اردگرد کے لوگوں کو اس کی خبر بھی نہیں ہوتی۔ ڈپریشن میں مبتلا کچھ افراد اپنی کیفیات سے چھٹکارا پانے کے لیے نشہ آور اشیاء کے استعمال پر مائل ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن میں مبتلا اکثر افراد مایوسی، خوف، ناامیدی اور افسردگی کی وجہ سے گوشہ نشین ہو جاتے ہیں۔

کوئی موروثی یا ذہنی مرض نہیں۔ کچھ وراثتی خامیوں کی موجودگی میں حالات کا دباؤ اس کا سبب ضرور بن سکتا ہے۔ تاہم ڈپریشن ایک رد عمل اور ایک کیفیت ہے۔

ڈپریشن کے منفی اثرات خود ہم پر بلکہ پورے خاندان پر مرتب ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے گھریلو، ازدواجی، سماجی اور کاروباری زندگی سخت متاثر ہو سکتی ہے۔ ڈپریشن نے ہزارہا گھرانوں کے سکھ چین کو برباد کیا ہے۔ ہزاروں افراد کی ہنستی کھیلتی زندگی کو دشمن کی طرح چاٹ لیا ہے۔ اس نے ان گنت لوگوں کی زندگی میں زہر گھول دیا ہے۔ لیکن اگر ہم چاہیں تو زندگی کو اس عذاب سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ اس

کے لیے ضروری ہے کہ ڈپریشن کی کیفیات کو چھپایا نہ جائے۔ جب آپ کا دل اداس ہو، اندیشے خوفزدہ کرنے لگیں یا معمول کی سرگرمیاں بوجھ محسوس ہوں تو کسی دوست یا عزیز سے شیئر کر لینا مناسب ہے۔ باتیں کرنا، مشورے لے لینا اور کسی صحت مند سرگرمی میں محو ہو جانا ہی اس کا محفوظ ترین علاج ہے۔

ڈپریشن کب ہوتا ہے.....؟

جب دماغ کے ایسے حصے جو جذبات و احساسات کو کنٹرول کرنے میں معمول سے کم فعال ہو جائیں، یا ان میں کیمیائی مادوں کا عدم توازن کا ہو جانا بھی مسئلے کی اصل جڑ ہے۔

ڈپریشن کا سبب ماضی کے تلخ اور ناگوار واقعات ہیں۔ جس کے باعث کیمیائی رد عمل باقاعدگی اور توازن کو تبدیل کر دیتا ہے۔ لہٰذا ڈپریشن جنم لیتا ہے جو اپنے ساتھ بہت سی خرابیاں لاتا ہے اس میں سب سے اہم طرز زندگی اور معمولات کی تبدیلیاں ہیں۔

ڈپریشن سے نجات کے لیے کئی جڑی بوٹیوں کا استعمال بھی بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ عموماً ڈپریشن کا علاج دواؤں اور کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے مگر ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ ڈپریشن کے علاج میں جڑی بوٹیاں مفید ہوتی ہیں۔ یہ بوٹیاں توانائی بخش بھی ہوتی ہیں جو جسمانی کمزوری دور کرتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنا پیچیدہ اور وقت طلب بھی نہیں ہے۔

ادرک

ادرک سوزش اور ورم دور کرنے والی بوٹی، اسے درد میں بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ اسے ابال کر پینے سے غشی دور ہو جاتی ہے اور متلی یا قے بھی رک جاتی ہے۔

ایشیائی جن سنگ (Asian Ginseng)

یہ بوٹی جسم کو سکون پہنچاتی ہے۔ ذہنی دباؤ دور کرنے میں مدد دیتی ہے۔ جب آپ زیادہ کام کر کے تکان میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو جن سنگ آپ کی تکان دور کر دیتی ہے۔ خواتین کے لیے مفید ہے اور سن یاس کے دور میں انہیں جن مصائب کا سامنا ہوتا ہے، جن سنگ ان کا سدباب کرتی ہے۔

بابونہ (Chamomile)

یہ بوٹی بے خوابی دور کرتی اور گہری نیند لاتی ہے۔ ککروندے کی پتیاں (Dandelion Leaves) یہ پتیاں وٹامن سے مالا مال ہوتی ہیں۔ ان میں فولاد بھی ہوتا ہے۔ یہ ان خواتین کے لیے بے حد مفید ہیں جن کو دودھ کم آتا ہے۔ سونف اور میتھی میں بھی یہ خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

سدا بہار پودینہ (Lemon Balm)

پودینے کو خوش و خرم رکھنے والی جڑی بوٹی بھی کہا جاتا ہے۔ یہ اعصاب کو سکون بخشتی ہے اور پژمردگی دور کر کے آپ کو ہشاش بشاش رکھتی ہے۔

وائی ٹیکس (Vitex)

سن یاس میں اس بوٹی کا استعمال مفید ہے۔

اجمود کھائیے تندرستی پائیے

اجمود (Celery) شلجم کے پودے کی طرح کا پودا ہے، جو ترکاری کے طور پر استعمال ہوتا ہے، اس کے ہرے رنگ کے آپس میں جڑے ہوئے ڈنٹھل کچے یا پکا کر کھائے جاتے ہیں اور کبھی کبھی یہ مسالے کے طور پر بھی استعمال ہوتا ہے۔ اجمود وٹامن سی

کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کے لیے اہم ہوتی ہے۔

اجمود میں ایسے فعال مرکبات ہوتے ہیں جو ڈپریشن پیدا کرنے والے ہارمونز میں کمی کرتے ہیں۔

اجمود کیلشیم، پوٹاشیم اور میگنیزیم کے حصول کا اچھا ذریعہ ہے اور بلڈ پریشر میں کمی کرتا ہے۔ اجمود میں ایسے مرکبات بھی پائے جاتے ہیں جو فری ریڈیکلز کو خلیوں کو نقصان پہنچانے سے باز رکھتے ہیں اور اس طرح خلیوں کے سرطان پیدا کرنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ مذکورہ بالا مرکبات خون کے بعض سفید خلیوں کی فعالیت میں اضافہ بھی کرتے ہیں۔ یہ سفید خلیے جسم کے مدافعتی عمل کے محافظ ہوتے ہیں۔

پانچ مفید اور صحت بخش غذائیں

کدو کے بیج: کدو سے نکلنے والے بیج خشک کرلیں۔ ان بیجوں میں غیر سیر شدہ چکنائی کثیر مقدار میں ہوتی ہے، جو خون میں موجود کولیسٹرول کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ ان بیجوں میں جست، کیلشیم، وٹامن بی، ریشہ اور مانع تکسید اجزا بھی ہوتے ہیں۔ سلاد کھاتے وقت ان بیجوں کو سلاد پر ڈال دیجیے یا فرائی پین میں بھون کر سوپ میں چھڑک لیں۔

تل: تلوں میں لحمیات، ریشہ، کیلشیم، میگنیزیم، وٹامن، پوٹاشیم اور جست ہوتا ہے اور مانع تکسید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ تلوں کو پیس کر اس کا پیسٹ بنالیں اور توس پر لگا کر شہد ملا کر کھائیں۔

آلو بخارا: آلو بخارے میں ریشہ بہت ہوتا ہے۔ جست فولاد، پوٹاشیم اور مانع تکسید اجزاء بھی اچھی خاصی مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس میں دوسرے خشک میووں کی نسبت حرارے بہت کم ہوتے ہیں۔ صبح جب آپ دلیا کھائیں تو اس پر آلو بخارے کی چٹنی شہد اور دار چینی چھڑک لیں۔ نہایت صحت بخش ہے۔

جو: جو ایسا ریشہ ہے جو آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔ یہ کولیسٹرول کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اسے سوپ کے ساتھ کھایا جاسکتا ہے۔ ناشتے میں جو کو پھلوں اور میووں کے ساتھ ملا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ ایک طاقت بخش ناشتہ ہے۔

ہلدی: ہلدی کو پیس کر کھانوں میں ڈالا جاتا ہے۔ اس میں مانع تکسید اجزاء ہوتے ہیں۔ یہ فوائد میں اسٹرابیری، رس بیری اور دوسری بیریز کے برابر ہے۔ اسے چاولوں میں ملا کر کھایا جاسکتا ہے۔ ایک پیالہ چاولوں میں چائے کا آدھا چمچ ہلدی ڈالی جاسکتی ہے۔ شوربا تیار کرتے وقت بھی ہلدی کو اس میں ڈالا جاسکتا ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:
"کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوئے، پھر اس میں سے پرندیا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے"۔ (بخاری، مسلم)

مچھلی کا استعمال اور لمبی عمر

جاپانی دنیا میں وہ قوم ہے، جن میں سو سال یا اس سے زیادہ عمر ہونا عام سی بات سمجھی جاتی ہے۔ آخر اس کی وجہ کیا ہے....؟

ان کے جینز میں لمبی عمر کا راز پنہاں ہے یا کچھ اور معاملہ ہے....؟

جب تحقیق ہوئی تو معلوم ہوا کہ جاپانیوں کی لمبی عمروں کا تعلق بے براہ راست اس خوراک سے جو وہ استعمال کرتے ہیں۔

جاپان میں لوگوں کی طویل عمر کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنی خوراک کے بارے میں بہت حساس ہوتے ہیں۔

دنیا کی دیگر قوموں کے مقابلے میں زیادہ بہتر طور پر جانتے ہیں کہ کون سی غذا کب اور کتنی اہم ہے....؟

جاپانیوں میں اکثریت ہفتے میں ایک مرتبہ مچھلی کا استعمال کرتی ہے۔ وہاں بھی ان کی خوراک کا لازمی حصہ ہوتی ہیں۔ اسی طرح سویا اور سبزیاں جاپانی شوق سے کھاتے ہیں۔ جاپان میں گویا (Goya) نامی سبزی بہت زیادہ کھائی جاتی ہے، حالانکہ اس کا ذائقہ نسبتاً تلخ ہوتا ہے، تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ اس کے استعمال سے خون میں شوگر کی مقدار کنٹرول میں رہتی ہے۔ جاپانیوں کی غذا کا ایک بڑا حصہ سمندر سے آتا ہے، یعنی سی فوڈ۔ جس میں مچھلی کا نمبر سب سے پہلے آتا ہے۔ آیئے....!

عمر بڑھانے میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈ کی اہمیت

چکنائی والی اومیگا تھری فیٹی ایسڈ سے بھرپور مچھلی کے استعمال سے عمر طویل ہو سکتی ہے اور امراض قلب کی وجہ سے اموات کے خدشات ایک تہائی سے بھی زیادہ کم ہو سکتے ہیں۔

سائنسدانوں نے دریافت کیا ہے کہ جن لوگوں کے خون میں بڑی مقدار میں فیٹی ایسڈ موجود ہوتا ہے، ان کی عمر دیگر عام لوگوں کے مقابلے میں تقریباً دو سال زیادہ ہوتی ہے۔ اگرچہ مچھلی کو ہمیشہ ہی صحت مند غذا تصور کیا جاتا رہا ہے، لیکن خون میں اومیگا تھری کی سطح اور ضعیف العمری میں اموات کے تجربے سے بھی یہ بات ثابت ہوتی ہے۔

ڈپریشن سے نجات اور یکسوئی کے حصول کے لیے مچھلی کا استعمال

تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ اومیگا

تھری سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوتی ہے اور کسی چیز کو یاد کرنے اور الفاظ کے ذخیرے میں اضافہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جن ملکوں میں زیادہ مچھلی کھائی جاتی ہے، وہاں ڈپریشن کی شرح میں بھی کمی پائی گئی ہے۔ مچھلیوں کی مختلف اقسام کو بدل بدل کر استعمال کرنا چاہیے تاکہ ان سے حاصل ہونے والے اجزاء کا بھرپور فائدہ اٹھایا جاسکے۔

دوران حمل مچھلی کے فوائد

ایسی خواتین جو دوران حمل مچھلی کھائیں یا فش آئل استعمال کریں، ان کے بچوں کی دماغی نشوونما بہتر ہوتی ہے اور بہت سے مسائل اور امراض سے نمٹنے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔

مچھلی اور ذیابیطس کے مریض

ذیابیطس کے مریضوں میں خون کی چھوٹی اور بڑی نالیوں میں خرابی سے کئی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں، جن میں آنکھوں اور گردوں کی بیماری کے ساتھ ساتھ دل کے دورے اور فالج وغیرہ جیسی بیماریاں بھی شامل ہیں۔ ذیابیطس کے مریضوں میں اچھے کولیسٹرول یا ایچ ڈی ایل کا لیول کم ہوجاتا ہے اور ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ ذیابیطس کی دوسری قسم کے مریضوں میں ہائی بلڈ پریشر اور جوڑوں کی بیماری بھی عام ہے۔ اسی لیے اس بیماری میں تین سے چار گرام فش آئل روزانہ استعمال کرنے سے خون میں ٹرائی گلیسرائیڈ کی مقدار تقریباً پچاس فیصد تک کم ہوجاتی ہے۔ فش آئل کے استعمال سے دل کی بیماری سے محفوظ رہنے کے علاوہ بلڈ پریشر کم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ ہفتے میں کم از کم دو سے تین مرتبہ مچھلی کھانی چاہیے۔ ایک ریسرچ کے مطابق فش آئل کے استعمال سے ذیابیطس کے مریضوں میں سوزش والے کیمیکل کم ہوجاتے ہیں اور اچھے کولیسٹرول میں اضافہ ہوتا ہے۔

مچھلی کا استعمال اور دل کا دورہ

ہفتے میں دو تین مرتبہ مچھلی کھانے والے افراد میں دل کے دورے کا امکان ان لوگوں کے مقابلے میں کم ہوتا ہے، جو ہفتے صرف ایک مرتبہ یا بالکل ہی مچھلی نہیں کھاتے۔ یہ نتیجہ طویل تجزیاتی مطالعات کے نتیجے میں سامنے آیا۔ ان طبی مطالعات میں سے ہر ایک میں عام لوگوں سے یہ پوچھا گیا تھا کہ وہ ہر ہفتے یا ہر مہینے میں بالعموم کتنی مرتبہ مچھلی کھاتے ہیں۔

اس تجزیاتی جائزے کے لیے جن تحقیقی منصوبوں کے نتائج کو پرکھا گیا اور ان کا موازنہ کیا گیا، وہ امریکہ کے علاوہ مختلف یورپی ملکوں، جاپان اور چین میں مکمل کیے گئے تھے۔ ان میڈیکل ریسرچ منصوبوں کے تحت ماہرین نے تیس برس کی عمر سے لے کر ایک سو تین برس بعد تک کی عمر کے چار لاکھ سے زائد انسانوں کا مسلسل مشاہدہ کیا تھا اور نتائج کے مطابق ایسے افراد میں، جو قدرے زیادہ مچھلی کھاتے تھے مچھلی نہ کھانے والوں یا بہت کم مچھلی کھانے والوں کے مقابلے میں دل کے دورے کا امکان بارہ فیصد کم تھا۔

کیونکہ مچھلی کسی بھی انسان کی خوراک میں غذائیت سے بھرپور عناصر یعنی اومیگا تھری پیدا کرنے کی وجہ بنتی ہے، یہی وجہ ہے کہ زیادہ مچھلی کھانے والوں میں دل کے دورے کا امکان کم ہوجاتا ہے۔

مچھلی کے جگر کے تیل (Cod Liver Oil) کے فوائد

مچھلی کے جگر کا تیل جو کاڈ لیور آئل (Cod Liver Oil) کہلاتا ہے، گٹھیا کے لیے مفید ہے۔ اس سے شریانیں بھی صاف اور کھلی رہتی ہیں، جس کے نتیجے میں دل صحت مند رہتا ہے۔ مچھلی کا تیل جوڑوں کے درد کی بھی دوا ہے۔ ایک چائے کا چمچ صبح یا رات کو استعمال کرنے سے جوڑوں کے درد میں فائدہ مند ہوتا ہے، مگر استعمال سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔ مچھلی کا تیل خون کی شریانوں کی دیواروں کو رکاوٹوں سے بچاتا ہے، کیونکہ ان ہی مقامات پر کولیسٹرول جمتا ہے اور دوران خون کی راہ روکنے لگتا ہے۔

طبی تحقیق و مطالعوں سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مچھلی میں موجود مختلف قسم کی چکنائیوں کے استعمال سے جسم کا مدافعتی نظام مستحکم تر رہتا ہے۔ مچھلیوں کی چکنائی کو عرف عام میں اومیگا تھری کہا جاتا ہے۔ اس نوعیت کے فیٹی ایسڈز ٹھنڈے سمندروں کی مچھلیوں میں بہ کثرت پائے جاتے ہیں لیکن اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ ہمارے سمندر کی چکنی مچھلیاں مفید نہیں ہیں۔ ان کا استعمال کرنے والے بھی صحت مند رہتے ہیں۔

کینسر سے بچاؤ

ساری دنیا میں امراض قلب کو سب سے بڑا قاتل قرار دیا جاتا ہے۔ اس کے بعد سب سے زیادہ ہلاکتیں سرطان کی وجہ سے واقع ہو رہی ہیں۔ یہ حقیقت تسلیم شدہ ہے کہ اس مہلک مرض یعنی کینسر سے واقع ہونے والی پینتیس سے چالیس فیصد اموات کا سبب غذائی بے اعتدالی یا غذا کے نقائص ہوتے ہیں۔ دل کے امراض کی طرح سرطان کا سب سے اہم سبب مضر چکنائیاں ہی ہوتی ہیں۔

امریکہ میں واقع ایک ادارے نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ کی تحقیق کے مطابق چربی کا زائد استعمال کرنے والے بیشتر افراد سینے، قولون، مثانے کے غدود، رحم، بیضہ دانی اور لبلبے کے سرطان میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس ادارے کی رپورٹ کے مطابق ہے امریکہ میں ہر سال سینے کے امراض میں مبتلا افراد کی اموات میں پچیس فیصد کی واقع ہو سکتی ہے اگر وہ روزمرہ کی غذا سے حاصل ہونے والے پچیس سے تیس فیصد حرارے روغنی اجزاء سے حاصل کریں۔ اسی طرح بڑی آنت (قولون) کے سرطان سے بچاؤ غذا میں ریشے کا استعمال بڑھا دینے سے ممکن ہے۔

چنبل

چنبل بھی ایک ایسا تکلیف دہ مرض ہے جو بڑی مشکل سے رفع ہوتا ہے لیکن جب دو ماہ تک ایک درجن مریضوں کو مچھلی کا تیل استعمال کرایا گیا تو ان کی تکلیف میں نمایاں کمی واقع ہوئی۔ خاص طور پر دواؤں کے استعمال کے ساتھ مچھلی کا تیل استعمال کرانے کے زیادہ بہتر نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ مچھلی میں ایسے بہت سے اجزاء موجود ہیں جو صرف مچھلی کے استعمال سے ہی جسم کو مہیا ہوتے ہیں، لیکن اگر کوئی دوسری سمندری غذا استعمال کر لی جائے تو بھی کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ جھینگے کا استعمال زیادہ نہیں کرنا چاہیے کیونکہ جھینگوں میں کولیسٹرول کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

❋

پپیتا

غذائی و طبی خصوصیات کا حامل پھل

محمد احسن عباسی

قدرت نے انسان کے لیے پھلوں و سبزیوں کی شکل میں منفرد خوش ذائقہ غذائیں عطا کی ہیں۔ ہر پھل و سبزی کا اپنا منفرد ذائقہ ہوتا ہے۔ انہی پھلوں و سبزیوں میں ایک ذائقہ دار پھل پپیتا بھی ہے۔

اپنے اندر بیشمار فوائد سموئے ہوئے ہے۔ اس میں وافر مقدار میں مانع تکسیدی اجزاء، وٹامن بی، فولیٹ، پینٹو تھینک ایسڈ، معدنیات، کیلشیم، پوٹاشیم، لائکوپین، میگنیشیم اور فائبر موجود ہیں۔ اس میں موجود مانع تکسیدی اجزاء میں تین اہم طاقتور مانع تکسیدی جز وٹامن سی، ای اور اے پائے جاتے ہیں۔ پپیتے میں بہت کم کیلوریز ہوتی ہیں۔ 100 گرام پپیتے میں صرف تیس کیلوریز ہوتی ہیں اور چکنائی بھی نہیں ہوتی جبکہ دیگر غذائی اجزاء معدنیات اور وٹامنز بڑی مقدار میں ہوتے ہیں۔ پپیتے میں بی کمپلیکس وٹامنز جیسے فولک ایسڈ، پائیڈوکسن، ریبوفلیون اور تھیامین بھی پائے جاتے ہیں جو غذائی تحلیل کے عمل کی فعالیت کے لیے ضروری ہیں۔ پپیتے کے گودے میں ہی صرف غذائی اجزاء نہیں پائے جاتے ہیں بلکہ اس کے بیج اور چھلکوں میں بھی غذائیت کا خزانہ ہوتا ہے۔ اس کے بیجوں اور چھلکوں میں قدرتی فینول سمیت فائٹوکیمیکلز ہوتے ہیں۔ اسی طرح پپیتے میں ایک اہم کمپاؤنڈ ڈینیلون (Danielone) بھی ہوتا ہے جو پپیتے کو فنگس سے محفوظ رکھتا ہے۔ پپیتے

میں دو اہم خامرے پپائن اور کیموپپائن بھی پائے جاتے ہیں۔ پپیتے میں شامل درج بالا تمام اجزاء باہم مل کر جسم کو توانائی فراہم کرنے کے ساتھ پٹھوں کے ٹشوز کی شکستگی دور کر کے ان کے دوبارہ احیا میں مدد کرتے ہیں اور جسم کی بہترین نشوونما میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

قدرت نے کئی بیماریوں سے شفا بھی رکھی ہے یہی وجہ ہے کہ زمانہ قدیم سے پپیتے کے غذائی و طبی خواص کو مانا جاتا رہا ہے۔ حالیہ کئی سائنسی تحقیقات نے بھی اس کے فوائد پر مہر تصدیق کر دی ہے۔

زود ہضم پھل

پپیتا زود ہضم پھل ہے۔ اس کا گودا نرم ہونے کی بنا پر بآسانی ہضم ہو جاتا ہے۔ کھانے کے بعد پپیتا کھانے سے غذا اچھی طرح ہضم ہوتی ہے اور معدے میں تیزابیت اور بدہضمی بھی نہیں ہوتی اور قبض بھی دور ہوتی ہے۔

پروٹین ہضم کرنے میں معاون

پپیتا دو اہم خامروں پپائن اور کیموپپائن سے لبریز ہوتا ہے۔ پروٹین معدے میں آسانی سے ہضم نہیں ہوتے۔ یہ خامرے غذا کو ہضم کرنے میں معاونت فراہم کرنے کے ساتھ معدے میں پروٹین کو بھی اچھی طرح ہضم کرتے ہیں۔

حالیہ تحقیق کے مطابق امینو ایسڈز، جسم میں مختلف کیمیائی عمل کے نتیجے میں ہونے والی تبدیلیوں اور بیماری و ذہنی و جسمانی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ انسانی جسم میں یا ہضم خامرے کم بننے لگتے ہیں جس سے پروٹین کے ہضم ہونے کی رفتار کم ہو جاتی ہے۔ نتیجے کے طور پر معدے میں غیر حل شدہ پروٹین بڑھ جاتے ہیں، آنتوں میں جراثیم کی افزائش ہوتی ہے اور امینو ایسڈز کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ امینو ایسڈ کی کمی سے جسم میں ہونے والی اہم کیمیائی تبدیلیاں وقوع پذیر ہونا رک جاتی ہیں۔

اس ضمن میں پپیتے کا استعمال بے حد مفید ہے۔ پپیتے میں موجود خامرے پھل کے پکنے کے عمل کے دوران اسے کیڑا وغیرہ لگنے سے بھی محفوظ رکھتے ہیں۔

سرطان کے خلاف موثر ڈھال

کولون، جگر اور تمام جسمانی اعضاء، گلینڈز کے سرطان کے خلاف پپیتے کا استعمال شفا بخش ہوتا ہے پپیتے میں موجود فائبر، کینسر کی وجہ بننے والے زہریلے مادوں کو صحت مند خلیوں میں داخل ہونے سے روکتا ہے۔ پپیتے میں شامل دیگر اجزاء فولیٹ، وٹامن سی، بیٹا کیروٹین اور وٹامن ای مل کر کولون کینسر کے خطرے کو معدوم کرتے ہیں۔ پپیتے کا جوس کولون کا انفیکشن کم کرنے کے ساتھ جگر میں سرطان کے خلیوں کی افزائش بھی کنٹرول کرتا ہے۔ کینسر کی تھراپی کے بعد بھی پپیتا کھانا نہایت فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کا خامرہ پپائن، تھراپی کے منفی اثرات زائل کرنے میں مدد دیتا ہے۔ خصوصاً کیموتھراپی یا تابکاری کے بعد غذا نگلنے میں مشکل ہونا اور حلق میں تکلیف رہنا، ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق پپیتا کھانے سے یہ شکایت دور ہو جاتی ہیں۔ اس کے ساتھ پپیتا قوت مدافعت میں اضافہ کر کے جسم کو سرطان کے خلاف مزاحمت کرنے کے لیے نئی رسد بھی فراہم کرتا ہے۔

نظام قلب کی مضبوطی

پپیتے میں شامل غذائی اجزاء مشترکہ طور پر دل کی تمام شریانوں میں خون کی گردش بہتر بنا کر نظام قلب کی مضبوطی کا باعث بنتے ہیں۔ پپیتے میں مانع تکسیدی جز کی بڑی مقدار موجود ہوتی ہے جو جسم میں کولیسٹرول کو مناسب سطح پر رکھ کر فالج، ذیابیطس، دل کا دورہ و دیگر امراض قلب میں مبتلا ہونے کا خطرہ کم کرتی ہے۔

اینٹی بائیوٹک کے اثرات کا خاتمہ

اینٹی بائیوٹک ادویہ ہمارے جسم پر اپنے منفی اثرات ضرور چھوڑ جاتی ہیں۔ یہ ادویہ آنتوں میں موجود جسم کے لیے مفید جراثیم بھی ختم کر دیتی ہیں۔ اس لیے اینٹی بائیوٹک دوائیں کھانے کے دوران یا بعد میں پپیتے کو کاٹ کر یا اس کا جوس بنا کر پینا چاہیے۔ پپیتا ان ادویہ کے منفی اثرات کو نہ صرف زائل کرتا ہے بلکہ آنتوں میں فائدہ مند جراثیم کی دوبارہ نمو بھی کرتا ہے۔

معدہ و آنتوں کے لیے مفید

پپیتا بطور غذا کھانے سے معدے اور آنتوں پر مفید اثرات ہوتے ہیں۔ ایک حالیہ تحقیق کے مطابق ایک ہفتے تک تواتر کے ساتھ پپیتے کا استعمال کرنے سے معدہ اور آنتیں مضبوط ہوتی ہیں۔ پپیتے کا خامرہ پیپائن معدے کے سیال کی کمی، مضر سیال کی زیادتی، بدہضمی اور آنتوں کی خراش دور کرتا ہے۔ پپیتے کے بیجوں کا رس تیزابیت اور خونی بواسیر میں مفید بتایا جاتا ہے۔

جلد پر استعمال

پپیتا جہاں بطور غذا صحت بخش ہے وہیں اس کا جلد پر استعمال بھی حیرت انگیز نتائج دیتا ہے۔ جلد کے کئی زخموں و نشانات وغیرہ پر پپیتے کا میش کیا ہوا گودے کا لیپ کرنا فائدہ مند ہے۔ جیسے جلد پر جلنے کا زخم، چاقو یا چھری سے لگ جانے والا کٹ یا گھاؤ، موذی جانور کے ڈنک یا کاٹنے کے زخم وغیرہ پر فوری طور پر پپیتے کا لیپ کرنے سے انفیکشن نہیں پھیلتا اور زخم پر ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے، چہرے پر پڑ جانے والی جھریوں اور داغ دھبوں پر بھی پپیتے کا استعمال بہترین ہے۔

پیٹ کے کیڑے

پپیتے کے بیج پیٹ کے کیڑوں کو خارج کرنے لیے موثر ہوتے ہیں۔ بیجوں میں موجود کیر یسین نامی مادہ پیٹ اور انتڑیوں کے کیڑوں کا قلع قمع کرتا ہے یا انہیں خارج کر دیتا ہے۔

دن میں تین وقت کھانے سے پہلے دو چمچ پپیتے کے بیج شہد کے ساتھ اچھی طرح چبا کر کھائیں۔ پپیتے کے پتوں میں موجود الکلائیڈ کارپین بھی پیٹ کے کیڑوں کا خاتمہ کرتا ہے۔

دیگر فوائد

پپیتے کے بے شمار فوائد ہیں اور مختلف تحقیقات کے ذریعے نئے فوائد بھی سامنے آرہے ہیں۔ ایک جدید تحقیق کے مطابق گردے ناکارہ ہونے میں پپیتے کے بیجوں کا نکالا ہوا رس کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔ باقاعدگی سے پپیتے کا بطور غذا استعمال جسم پر مفید اثرات دکھاتا ہے۔ یہ جسمانی قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے اور نزلہ و زکام اور بخار جیسے مسائل سے جسم کی حفاظت کرتا ہے۔ متلی و قے کی کیفیت اور اسہال میں بھی پپیتا کھانے سے مثبت نتائج

برآمد ہوتے ہیں۔

پپیتے کے استعمالات

پپیتا کچا اور پکا ہوا دونوں حالتوں میں بطور خاص کھانے کے ساتھ مختلف پکوانوں، ادویہ سازی اور صنعتوں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ پکا ہوا پپیتا چھلکا اتار کر اور بیج نکال کر استعمال ہوتا ہے جبکہ کچا پپیتا زیادہ تر پیس کر ہی استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پپیتے کے بیجوں اور پتوں کو بھی کئی ادویہ کی تیاری میں شامل کیا جاتا ہے۔ پپیتے کے تنے کی مدد سے رسی بھی بنائی جاتی ہے۔

مختلف ممالک میں پپیتے کا استعمال

دنیا کے مختلف خطوں میں کچا پپیتا اور میٹھا پپیتا مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔

تھائی لینڈ کے باشندے اپنے کھانوں سلاد اور کری میں کچا پپیتا پکا کر اور کچا استعمال کرتے ہیں۔

انڈونیشیا میں کچا پپیتا اور اس کے پتے ابال کر بطور سلاد کھایا جاتا ہے۔

کچھ ملکوں میں پپیتے کے پتے پالک کی طرح پکا کر بھی طور غذا پسند کیے جاتے ہیں اور اس کے پتوں سے قہوہ بنا کر ملیریا کے مریضوں کو پلایا جاتا ہے۔

پپیتے کے کالے بیج خوردنی ہوتے ہیں ان کا ذائقہ تیز مسالہ دار ہوتا ہے۔

ان کو پیس کر سیاہ مرچوں کے متبادل کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

گوشت گلانے کے لیے

زمانہ قدیم سے کچے پپیتے کو گوشت گلانے کے لیے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ اس میں شامل خامرہ پپائن گوشت اور دیگر پروٹین کو نرم کرتا ہے۔ مارکیٹ میں اب گوشت گلانے کے لیے خاص طور پر کچا پپیتا پاؤڈر بھی دستیاب ہوتا ہے۔

پپیتے سے الرجی و دیگر نقصانات

کوئی بھی پھل ہو یا سبزی، اگر اس کا استعمال اعتدال میں رہ کر نہ کیا جائے تو بعض اوقات وہ کسی الرجی یا جسمانی عارضے کا سبب بھی بن جاتا ہے۔ اس لیے پپیتے کے استعمال میں بھی احتیاط ضروری ہے۔ کچا پپیتا اکثر خواتین اپنے بالوں میں بطور ہیئر کنڈیشنر لگاتی ہیں۔

پپیتے میں سیال مادہ پپائن ہوتا ہے جو اگر زیادہ مقدار میں لگایا جائے تو جلن اور سوزش پیدا کر کے کسی جلدی مسئلے کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے بہتر ہے کہ اس کا استعمال کم مقدار میں ہی کیا جائے۔ یہ سیال مادہ پپائن رحم کے اعضاء کو بھی سکیڑتا ہے اس لیے دوران حمل کچے پپیتے کے استعمال سے اسقاط حمل کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اسی طرح پپیتا زیادہ کھانے سے کیروٹینمیا (تلوؤں اور ہتھیلیوں کا زرد ہو جانا) کا مرض بھی لاحق ہو سکتا ہے کیونکہ پپیتے میں بیٹا کیروٹین پایا جاتا ہے جو کیروٹینمیا کی اہم وجہ ہے۔

❋

پودینہ

مرد گھر کے لیے سودا سلف لانے کی غرض سے بازار روانہ ہوتے ہیں، تو گھر کی خواتین یہ بات ضرور یاد دلاتی ہوں گی کہ "پودینہ ضرور لیتے آیئے گا۔" آپ نے کبھی یہ غور کیا کہ یہ خوشبودار پودا کتنی بہت سی صفات کا حامل ہے....؟ عام طور پر لوگ پودینہ کا مصرف صرف یہ سمجھتے ہیں کہ یہ کھانوں کو خوش ذائقہ اور خوشبودار بنانے والی شے ہے۔ ہمارے ہاں پودینے کی چٹنی بھی ذوق و شوق سے استعمال کی جاتی ہے پودینہ میں محض یہی ایک خاصیت نہیں پائی جاتی بلکہ قدرت نے پودینہ کو حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔

متعدد امراض سے نجات دلا سکتا ہے....

یہ بات بھی کم ہی لوگوں کے علم میں ہوگی کہ پودینہ کی بہت سی اقسام ہیں اور ان کی صفات بھی مختلف ہیں۔ اس کی چند اقسام خودرو ہیں اور پتھریلی نم جگہوں پر خصوصاً آبشاروں کے کناروں پر اُگتی ہیں۔ پودینہ کی کئی اقسام کی باقاعدہ کاشت کی جاتی ہے۔ عام طور پر استعمال ہونے والا پودینہ بڑے پیمانے پر کاشت کیا جاتا ہے، اس لیے اس کا نام "پودینہ بستانی"، "گارڈن منٹ" پڑ گیا ہے۔ یہ پودینہ، برصغیر پاک و ہند، جزائر عرب، یورپ اور امریکا میں کثرت سے پیدا ہوتا ہے اور شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔

حکماء کی رائے میں پودینہ کا مزاج گرم اور خشک ہے۔ پودینہ خاص طور پر نظام ہاضمہ سے متعلق امراض میں مفید ہے۔ غذا کو آسانی کے ساتھ ہضم کر دیتا ہے اور ریاح کے اخراج میں مدد کرتا ہے، چنانچہ بھوک نہ لگنے، پیٹ پھولنے، کھٹی ڈکاریں آنے اور متلی و قے کے مریضوں کے لیے فائدہ مند ہے۔ اس میں ایک روغن موجود ہوتا ہے جو ہیضہ کے جراثیم پر اثرانداز ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن دنوں ہیضہ کی وبا پھیلی ہوئی ہو، پودینہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

طوبیٰ دانش

پودینہ کی ایک بڑی خوبی، زود حسیت (الرجی) کے خلاف اس کا موثر ہونا ہے۔ خصوصاً الرجی کی ایک شدید قسم شرنی (پتی، چھلنا یا چھپاکی) میں پودینہ کے پتوں کی چائے بنا کر پلائی جاتی ہے جو جلد کی جلن اور خارش کو رفع کر دیتی ہے۔ اس غرض سے پودینہ کے دس گرام تازہ پتوں کا رس،

نصف پیالی عرق گلاب میں ملا کر پلایا جاتا ہے۔ پودینہ میں کیڑوں کو ہلاک کرنے والے اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ خاص طور پر ناک اور کان میں جو کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں، ان پر اگر پودینہ کا تازہ رس ڈالا جائے تو وہ ہلاک ہو جاتے ہیں۔

پودینہ آپ کے حسن کا محافظ بھی ہے۔ چہرے کے داغ دھبوں، مہاسوں اور زائد تلوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے تازہ پودینہ، خالص سرکہ کے ساتھ پیس کر چہرے کے متاثرہ مقامات پر لیپ کیا جاتا ہے۔ چند دن کی پابندی سے، داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں اور جلد نکھر آتی ہے۔ جلد کی رنگت صاف کرنے کے لیے پودینہ کو پانی میں جوش دے کر اس پانی سے نہانے کا مشورہ بھی دیا جاتا ہے۔

پودینہ مختلف اقسام کے زہر کا تریاق بھی ہے۔ خاص طور پر بچھو، بھڑ، بلی اور چوہے وغیرہ کے کاٹنے پر پودینہ کو پیس کر لیپ کیا جاتا ہے۔ حیض کو جاری کرنے میں بھی پودینہ مفید ہے، اس لیے وہ خواتین جو ایام کی تنگی یا کمی میں مبتلا ہوں، پودینہ کی چائے یا تازہ رس استعمال کر کے اس مشکل سے چھٹکارا حاصل کر سکتی ہیں۔

پودینہ کی ایک منفرد خاصیت یہ ہے کہ یہ خون میں موجود فاسد مادوں کو پسینے کے ذریعے جسم سے خارج کر دیتا ہے، اسی لیے یرقان کی شکایت میں پودینہ کو خاص طور پر استعمال کروایا جاتا ہے۔ بلغم کو پتلا کرنے کی صلاحیت بھی پودینہ میں ہے اس لیے بلغمی خشک کھانسی میں بھی مریض کو اس کی چائے پلائی جاتی ہے۔

پودینہ کو اچھی طرح پانی سے دھو کر اس کے پتے الگ کر لیے جائیں اور انہیں سائے میں خشک کرنے کے بعد، ہاتھوں سے مسل کر چورا کر لیا جائے۔ جب بھی کھانا کھائیں، اس سفوف کو سالن پر چھڑک لیں۔ معدے کی جلن (جو بھوک کے وقت یا کھانے کے بعد پیدا ہو جاتی ہے)، پیٹ کے پھولنے، بدہضمی اور معدے کے ابتدائی زخموں کی صورت میں یہ مفید ہے۔

پودینہ کی آمیزش سے کئی دوائیں بھی بنائی جاتی ہیں۔ ان میں جوارش پودینہ، جوارش انارین، عرق پودینہ اور قرص پودینہ قابل ذکر ہیں جو نظام ہاضمہ سے متعلق بہت سے امراض میں استعمال کروائی جاتی ہیں۔ خاص طور پر متلی، الٹی، اسہال، بدہضمی، سینے کی جلن، بھوک نہ لگنے، منہ کا ذائقہ کڑوا رہنے، یرقان اور ورم جگر میں یہ دوائیں بہت فائدہ پہنچاتی ہیں۔

خشک یا تازہ پودینہ، دیگر دواؤں کے ساتھ ملا کر بطور چائے یا خیساندہ پلایا جاتا ہے۔ "خیساندہ" سے مراد ہے کہ جڑی بوٹیوں کو رات میں پانی میں بھگو دیا

جائے اور صبح انہیں مل کر چھان لیا جائے۔ یہی چھنا ہوا پانی "خیساندہ" کہلاتا ہے۔

متلی، الٹی، خصوصاً حاملہ خواتین کی قے و متلی، پرانے قبض، پتی اچھلنے، نظام ہضم کے خراب ہونے سے پیدا ہونے والے فشار خون (بلڈ پریشر) کی صورت میں یہ نسخہ مفید بتایا جاتا ہے۔ سونف ایک کھانے کا چمچ، اسی قدر پودینہ، منقی (بیج نکال لیں) نو عدد، آلو بخارے پانچ عدد، ان اشیاء کو ڈیڑھ پیالی پانی میں رات کے وقت بھگو دیں۔ صبح ان دواؤں کو مل کر چھان لیں اور چھنا ہوا پانی پی لیں۔ سردی کے موسم میں اس پانی کو نیم گرم کر کے بھی پیا جا سکتا ہے۔ آدھے سر کا ایسا درد ہو جائے جس کے ساتھ متلی اور قے بھی محسوس ہو تو بھی یہی نسخہ مفید ہے۔ مزید تحقیق سے پتا چلا ہے کہ پودینے میں اعصاب کو سکون پہنچانے اور نیند لانے والے اجزاء بھی موجود ہیں۔

پودینہ کی ایک اہم قسم "پودینہ کوہی" ہے جسے "جاپانی منٹ" بھی کہتے ہیں۔ اسی پودے سے "ست پودینہ" یا "مینتھول" حاصل کیا جاتا ہے۔ یہ پودا چین اور جاپان میں زیادہ پایا جاتا ہے۔ جاپان ہی ست پودینہ کا سب سے بڑا برآمد کنندہ ہے۔ اس سے ایک روغن کشید کیا جاتا ہے جو روغن پودینہ جاپانی (جاپانی منٹ آئل) کہلاتا ہے۔ اس روغن کو مخصوص کیمیائی طریقوں سے ٹھنڈک پہنچائی جاتی ہے تو یہ منجمد ہو کر قلموں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قلمی شکل میں یہ ست پودینہ (مینتھول) کہلاتا ہے۔ ست پودینہ کو دوا، ذائقہ اور خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ پان کے مسالوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ اسے زبان پر رکھنے سے منہ میں ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے۔ ست پودینہ کو بدہضمی، قے، اسہال، خصوصاً غذائی سمیت (فوڈ پوائزننگ) ہیضہ اور درد دور کرنے کے لیے استعمال کروایا جاتا ہے۔ اس کا ایک مشہور مرکب مختلف ناموں سے بازار میں فروخت ہوتا ہے اور بہت سے امراض کو دور کرنے کی حیرت انگیز خاصیت رکھتا ہے۔ ست پودینہ اور ست اجوائن کو برابر مقدار میں ملا کر کسی شیشے کی بوتل میں ڈھکن اچھی طرح بند کر کے دھوپ میں رکھ دیا جاتا ہے۔ چند گھنٹے بعد یہ سیال شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قے، متلی، ہیضہ، بدہضمی میں فائدہ پہنچاتا ہے۔

جھلیوں میں سوزش پیدا ہونے سے جو امراض پیدا ہوتے ہیں مثلاً نزلہ زکام، گلے کی خراش اور دانتوں وغیرہ ان میں اس روغن کے چند قطرے چاٹتے اور متاثرہ حصہ پر لگاتے ہیں۔ سر درد کی صورت میں پیشانی اور کنپٹیوں پر اس کا لیپ کیا جاتا ہے۔ دانت میں درد ہو تو اسے روئی پر لگا کر متاثرہ

دانت پر رکھتے ہیں اور رال بہاتے ہیں۔ جلے ہوئے مقام پر اسے لگانے سے جلن اور سوزش دور ہو جاتی ہے اور آبلہ نہیں پیدا ہوتا۔ زہریلے کیڑوں کے کاٹے پر لگانے سے تکلیف دور ہو جاتی ہے اور زہر اثر نہیں کرتا۔

پودینہ کی ایک اور قسم پودینہ فلی (پیپر منٹ) کہلاتی ہے۔ اس کی خوشبو سب سے تیز ہوتی ہے۔ اس سے روغن پودینہ فلفلی (پیپر منٹ آئل) تیار کیا جاتا ہے جو بہت سے امراض کے علاج میں مفید بتایا جاتا۔ پودینہ کی ایک اور قسم پودینہ نہری، (مارش منٹ) ہے جو نہروں کے کناروں پر آتی ہے۔

پودینہ کی ایک قسم کا نام قدیم کتب میں مشکطرا مشیع (فلی منٹ) بیان کیا گیا ہے۔ پودینہ کی یہ قسم پاکستان میں کثرت سے پیدا ہوتی ہے اور ایران، اسپین اور مراکش میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس سے ایک روغن حاصل کیا جاتا ہے جو روغن مشکطرا مشیع، (پنی رائل آئل) کہلاتا ہے۔ یہ روغن دواؤں میں استعمال ہونے کے ساتھ صابنوں کو خوشبودار بنانے میں بھی کام آتا ہے۔ اس سے مصنوعی ست پودینہ (مینتھول) بھی بنایا جاتا ہے۔ پودینہ کی یہ قسم خواتین کے امراض خصوصاً ایام کی بندش اور تکلیف میں استعمال ہوتی ہے۔ نظام ہاضمہ درست کرنے کے لیے مفید بتائی جاتی ہے۔

ذیل میں پودینے کے چند نسخے دیے جا رہے ہیں جو مختلف امراض میں مفید بتائے گئے ہیں۔

❖.... دستوں میں آدھا کپ پودینے کا رس ہر دو گھنٹے بعد پلائیں۔

❖.... صبح سویرے ایک گلاس پانی میں پچیس گرام پودینے کا رس، تیس گرام شہد ملا کر پینے سے ٹیس سے بیماری میں فائدہ ہوتا ہے۔

❖.... ہچکی بند نہ ہو تو پودینے کے پتوں پر چینی ڈال کر چبایئے۔

❖.... موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت رہتی ہے۔ اس کے لیے پودینے کی چائے میں ایک چٹکی نمک ڈال کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❖.... داغ مہاسوں کے لیے پودینے کے پتوں کو پیس کر اس کا لیپ داغ مہاسوں پر لگائیں۔

پودینہ کے اتنے سارے فوائد ہمیں دعوت دیتے ہیں کہ مختلف امراض سے نجات حاصل کرنے کے لیے اس قدرتی دوا کو بھرپور طریقے سے کام میں لایا جائے۔

فلک ناز

لذیذ اور غذائیت سے بھرپور نت نئی ڈشز کی یہ ترکیبیں آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کردیں گی۔

لیمب کوفتہ کری

اشیاء: قیمہ آدھا کلو، پیاز ایک عدد (باریک چوپ کرلیں)، لہسن کا جوا ایک عدد (باریک چوپ کرلیں)، ادرک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، ہری مرچ ایک عدد (باریک چوپ کرلیں)، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، بادام (پسے ہوئے) ایک چوتھائی کپ، ہرا دھنیا دو کھانے کے چمچ (چوپ کرلیں)، نمک حسب ذائقہ، تیل حسب ضرورت۔

ٹماٹو سوس کے لیے: تیل آدھا کھانے کا چمچ، پیاز ایک عدد (باریک چوپ کرلیں)، قورمہ کری پیسٹ تین کھانے کے چمچ، ٹماٹر (چوپ کرلیں) 400 گرام، دہی آدھا کپ، لیموں کا رس ایک چائے کا چمچ۔

ترکیب: ایک پیالے میں قیمہ ڈال کر اس میں ہرا دھنیا، پیاز، لہسن، ادرک، ہری مرچ، گرم مسالہ پاؤڈر، دھنیا پاؤڈر، بادام پاؤڈر اور تھوڑا سا نمک ڈال کر مکس کریں اور اس کے چھوٹے کوفتے بنالیں۔ ایک نان اسٹک سوس پین میں تیل گرم کریں اور اس میں کوفتے ڈال کر فرائی کرلیں سنہرے ہوجائیں تو اتارلیں۔

ٹماٹو سوس بنانے کے لیے: ایک پین میں ہلکی آنچ پر تیل گرم کرلیں۔ اس میں پیاز ڈال کر چھ سے آٹھ منٹ کے لیے پکائیں اور نرم اور سنہرا کرلیں۔ اس کے بعد قورمہ کری پیسٹ ڈالیں اور پکائیں۔ جب خوشبو آنے لگے تو ٹماٹر ڈال کر پانچ منٹ کے لیے پکائیں اس میں ایک کھانے کا چمچ دہی ڈالیں اور ہلائیں۔ اسی طرح ساری دہی ڈال دیں اور اچھی طرح مکس کرلیں۔ اس کے بعد لیموں کا رس ڈال دیں۔ فرائی کیے ہوئے کوفتوں کو ٹماٹر سوس میں ڈال دیں اور ڈھک کر ہلکی آنچ پر بیس منٹ کے لیے پکائیں۔ سروِنگ ڈش میں نکال کر سلاد اور ابلے ہوئے چاولوں کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔ سجاوٹ کے لیے ہرا دھنیا ڈال دیں۔

بیف کے لذیذ پکوان....
بیف اسپیشل

امرتسری گوشت

اشیاء: گوشت بغیر ہڈی کا آدھا کلو، آلو تین عدد (درمیانے سائز کے)، ٹماٹر

چار عدد، سیاہ مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چوتھائی چائے کا چمچ، ہری مرچیں چار عدد، ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا) دو چائے کے چمچ، ادرک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، پیاز (درمیانی سائز کی) دو عدد، گھی حسب ضرورت، نمک حسب ذائقہ۔

ترکیب: گوشت کے ایک ایک انچ کے چوکور ٹکڑے کر کے دھولیں اور کچن پیپر سے خشک کرلیں۔ ٹماٹروں کے چار چار ٹکڑے کرلیں اور آلو کو چھیل کر گول قتلے کاٹ لیں۔ ہری مرچوں کے بیچ ٹکڑے کاٹ لیں اور پیاز چوپ کرلیں۔ سوس پین میں درمیانی آنچ پر گھی گرم کر کے اس میں آلو ڈال دیں آلو نرم پڑ جائیں یا دو ای دوں آنچ سے نکال لیں اور اسی گھی میں گوشت ڈال دیں۔ گوشت ہلکا بادامی ہوجائے تو اسے بھی گھی سے نکال لیں اور سوس پین کو آنچ سے اتار لیں۔ ایک دیگچی میں گوشت، دھنیا پاؤڈر، سیاہ مرچ پاؤڈر، ادرک پیسٹ، نمک، تین چوتھائی کپ گھی اور تین چوتھائی کپ پانی ڈال کر آنچ پر رکھ دیں۔ پانی خشک ہوجانے تو اچھی طرح بھون کر گوشت گلنے کے لیے اندازے سے پانی ڈال دیں۔ گوشت آدھا گلا ہوجائے تو مٹر ڈال دیں، گوشت گل جائے اور تھوڑا سا پانی باقی ہو تو آلو، پیاز، ٹماٹر، ہری مرچیں اور ہرا دھنیا ڈال کر دس منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔ امرتسری گوشت تیار ہے۔

کولڈ بیف اسٹیکس

اشیاء: بیف اسٹیکس چار عدد، زیتون کا تیل ایک کھانے کا چمچ، سویا سوس دو کھانے کے چمچ، لہسن کے جوے (کوٹ لیں) دو عدد، لیموں کا رس تین کھانے کے چمچ۔

ترکیب: اسٹیکس پر اگر چربی ہے تو اس کو اتار کر صاف کرلیں۔ اب اسٹیکس کو دو پلاسٹک شیٹس کے درمیان رکھیں اور کچن ہیمر سے ان پر ضربیں لگائیں۔ جب اسٹیکس کی موٹائی کم ہو کر آدھی رہ جائے تو اسے ایک پیالے میں رکھ دیں۔ اس میں زیتون کا تیل، سویا سوس، لیموں کا رس اور لہسن ڈال کر چار سے پانچ گھنٹے یا رات بھر کے لیے فریج میں میرینیٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب اسٹیکس کو باربی کیو کرلیں (گوشت کو پکنے میں چند منٹ لگیں گے)۔ اگر چاہیں تو ان کے اوپر پیاز رکھ کر گارنش کریں۔ سینکی ہوئی بریڈ کے ساتھ سرو کریں۔

مکھنی اردھ گوشت

اشیاء: ثابت اردھ کی دال 125 گرام، بیف ایک کلو، نمک حسب ذائقہ، دہی ایک چوتھائی کپ، مکھن چھ کھانے کے چمچ، کریم (سجاوٹ کے لیے) حسب ضرورت، لال مرچ پاؤڈر دو چائے کے چمچ، سوکھا دھنیا پاؤڈر ایک کھانے کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، ٹماٹو پیوری ایک کپ، ہلدی پاؤڈر آدھا کھانے کا چمچ، تیل ایک کھانے کا چمچ، پیاز (باریک کاٹ لیں) دو عدد، لہسن ادرک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ۔

ترکیب: ایک دیگچی میں گوشت دھو کر ڈال دیں ساتھ ہی ادرک، لہسن، پیاز، ہلدی اور نمک ڈال کر اتنا پانی ڈالیں کہ گوشت گل جائے اور پانی خشک ہوجائے۔ جب گوشت گل جائے تو آنچ سے ہٹا لیں۔ دال میں تھوڑا سا نمک ڈال کر ابالیں جب گل جائے تو گھوٹ لیں۔ چند دانے ثابت رہیں اور کچھ گل جائیں اب ایک دیگچی میں تیل اور مکھن ڈال کر پگھلا لیں۔ اس میں ٹماٹو پیوری، لال مرچ، دہی اور ذرا سا نمک ڈال کر گوشت ڈال دیں اور پکائیں۔ جب گوشت اچھی طرح بھن جائے اور مسالہ تیل چھوڑ دے تو دال ڈال دیں۔ ساتھ ہی دھنیا پاؤڈر اور گرم مسالہ ڈال کر دس منٹ بالکل ہلکی آنچ پر دم پر رکھیں۔ سرو کرتے وقت ڈش میں نکال کر اوپر ایک یا دو کھانے کے چمچ کریم ڈال کر پھیلا دیں۔ چاولوں یا نان کے ساتھ سرو کریں۔

❋

لمبے گھنے اور ریشم جیسے بال

نیہا جبار

بہت سی خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گھنے، لمبے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خوبصورتی میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔

آپ اپنی صحت کا خیال رکھیں۔ متوازن غذا استعمال کریں، سیب اور دوسرے پھل، سبزیاں زیادہ استعمال کریں۔ باقاعدگی سے دودھ پئیں تو آپ کے بالوں پر خوشگوار اثر پڑے گا۔

غذا کا خیال رکھنے کے ساتھ ساتھ بالوں میں ناریل یا سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ تیل لگانے سے پہلے اسے ہلکا سا گرم کرلیں۔

صبح نہانے اور بال دھونے سے پہلے تھوڑا لیموں کا رس لے کر بالوں کی جڑوں میں مالش کریں۔ اس کے بعد صابن یا شیمپو سے بالوں کو دھو کر صاف کرلیں۔ یہ سکری کے لیے بھی مفید ہے۔

◆.... رات کو پانی میں املی ڈال کر بھگو کر رکھیے اور پھر صبح اس پانی سے بال دھو ڈالیے۔ یہ عمل کم از کم ایک ہفتہ ضرور کیجیے اور پھر بالوں میں ناریل کا تیل ڈال کر ملیے۔ بال لمبے، گھنے اور چمکدار ہوجائیں گے۔

◆.... ماش کی دال اور بیری کے صاف پتے بھگو دیں۔ پھر پیس لیں دونوں کو ملا کر اس آمیزے سے سر دھوئیں بال لمبے اور صاف ہوجائیں گے۔

◆.... کالے ماش ثابت ایک کپ، آملہ آدھا کپ، سکاکائی آدھا کپ، میتھی کے بیج دو بڑے چمچ، لیموں کے چھلکے سوکھے ہوئے چار عدد ان تمام اشیاء کو پیس کر سفوف بنالیں۔ گرم پانی میں آدھے گھنٹے کے لیے بھگودیں اور پھر سر پہ لگائیں۔ پانچ منٹ بعد سر دھولیں۔ اس سے بال لمبے، گھنے، چمکدار اور گرنا بند ہوجائیں گے۔

◆.... سرسوں کا تیل، گیندے کے تازہ پھول ایک پاؤ رات کو بھگو کر رکھ دیں۔ صبح پھولوں کو اچھی طرح مسل کر تیل چھان لیں۔ سر دھونے سے تقریباً ایک گھنٹہ پہلے اس کو اچھی طرح سر پہ لگائیں۔ بال لمبے اور گھنے ہوجائیں گے۔

◆.... بالوں کو لمبا کرنے کے لیے ایک مٹھی میتھی پیس کر سفوف بنالیں۔ اس میں انڈا، ناریل کا تیل اور پیپتا ملالیں۔

آدھے گھنٹے تک اسے بالوں میں لگا رہنے دیں اور پھر

اچھے ہربل شیمپو سے بالوں کو دھولیں۔

❖.... بالوں کے لیے خالص سرسوں کے تیل کے ساتھ ایک کسٹر آئل کی بوتل ڈال کر مکس کر کے بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال لمبے، گھنے، سیاہ اور موٹے ہوتے ہیں۔

چمکدار بالوں کے لیے

❖.... غسل سے ایک گھنٹہ پہلے سر پر تیل کی مالش کرنے سے بالوں میں چمک آجاتی ہے۔

❖.... بالوں میں بھاپ دیں۔ بال ریشم جیسے ہو جائیں گے۔

❖.... اپنے بالوں کو ہفتے میں کم سے کم دو بار شیمپو کریں۔

❖.... دو بڑے چمچ دہی اور ایک انڈے کی زردی لے کر اچھی طرح ملا لیں۔ اس آمیزے کو کھوپڑی پر اچھی طرح ملیے۔

آدھے گھنٹے بعد بال دھو ڈالیں۔ خشک بال نرم ہو جائیں گے اور ان میں ریشم جیسی چمک اور خوبصورتی پیدا ہو جائے گی۔

❖.... آدھا کپ دودھ لے کر اس میں ایک انڈا ملا کر خوب اچھی طرح پھینٹ لیں یہاں تک کہ اس میں جھاگ بننے لگے۔ اسے سر کی جلد اور بالوں پر لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد دھو ڈالیں۔ اگر مہندی استعمال کرتی ہیں تو مہندی کے آمیزے میں ایک چائے کا چمچ ناریل کا تیل ملائیں ورنہ بال اور بھی خشک نظر آئیں گے۔

بالوں کو خوبصورت، چمکدار اور گھنے بنانے کے لیے عمدہ تیل

سن فلاور آئل ایک لیٹر، لیونڈر آئل پندرہ ملی لیٹر، لیمن آئل دس ملی لیٹر، روز آئل پانچ ملی لیٹر۔

سن فلاور میں کوئی دل پسند خوشبو شامل کر کے استعمال کریں۔ یہ تیل بالوں کو لمبا، چمکدار بناتا ہے۔

سر کے بالوں کا بہترین نسخہ

برہمی بوٹی 250 گرام، آملہ 250 گرام، تلوں کا تیل 500 گرام۔

ان دونوں کو پیس کر 500 گرام تل کے تیل میں پکائیں۔ یہاں تک کہ تیل کی رنگت بدل جائے پھر اس کو چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ لیجیے تیل تیار ہو گیا۔

نہانے سے آدھے گھنٹے قبل یہ تیل بالوں میں اچھی طرح لگائیں پھر نہا لیں۔

بالوں کو لمبا کرنے کا تیل

آملہ خشک، ایک پاؤ، برگ وسمہ آدھا پاؤ، تیلوں کا تیل آدھا کلو، آب چقندر ایک کلو، برگ مہندی آدھا پاؤ، پانی ایک لیٹر۔

پہلے آملہ برگ مہندی اور برگ وسمہ کو پانی میں ڈال کر آنچ پر جوش دیں۔ آگ ہلکی ہونی چاہیے۔ جب پانی نصف جل جائے تو آب چقندر ڈال دیں اور جب سارا پانی جل جائے اور صرف تیل ہی باقی رہ جائے تو آہستہ سے نتھار کر بوتل میں ڈال لیں۔ اس تیل سے بال خوب لمبے ہوتے ہیں۔

تیل کے ساتھ بالوں کی چمک میں ہیئر رنزز (Hair Rinses) بھی معاون ثابت ہوتے ہیں۔ بالوں کو ریشمی اور چمکدار دکھائی دینے کے لیے رنزز کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ آلودگی اور سورج کے نقصانات سے آپ کے بالوں کو بچانے کے لیے اچھی ڈھال مہیا کرتے ہیں۔

سیب والا ہیئر رنز
(Apple Hair Rinse)

مالٹ سرکہ (Malt Vinegar) 200 ملی لیٹر، گرم پانی ایک لیٹر۔

ان دونوں کو ملا کر بالوں پر لگائیں۔

ایک نسبتاً گرم کمرے میں بالوں کو خشک کریں۔ اس آمیزے سے بالوں کو پُرکشش چمک اور سنہری رنگ ملے گا۔ یہ چپکے بالوں کے لیے بھی بہتر ہے۔

جو والا ہیئر رنز
(Barley Hair Rinse)

مالٹ سرکہ ایک کپ، گرم پانی ایک کپ۔

مالٹ سرکہ اور جو کو گرم پانی میں ملا کر بالوں پر لگایا جائے تو یہ بالوں کو ملائم، چمکدار اور بالوں کے رنگ کو گہرا کر دیتا ہے۔ اس کے بعد ابلے ہوئے جو کے پانی (چار حصے پانی اور ایک حصہ جو) کے ساتھ سر دھوئیں اور مطلوبہ بالوں کی سیٹنگ کے بعد اسے خشک ہونے دیں۔

بابونہ ہیئر رنز
(Chamomile Hair Rinse)

بابونہ کے پھول (پاؤڈر) ایک کپ، چینی مٹی (Kaolin Powder) ایک کپ۔

بابونہ کے پھولوں کا پاؤڈر اور چینی مٹی لیں۔ ان دونوں کا پیسٹ بنالیں۔ اس کو بالوں میں اچھی طرح مالش کرنے کے بعد تیس منٹ تک لگا رہنے دیں۔ اس کے بعد سر کو نیم گرم پانی سے جس میں ایک عدد لیموں کا رس ملا ہوا ہو دھولیں۔ آپ کے بال پُرکشش ہو جائیں گے۔ یہ رنز ہر قسم کے بالوں کے لیے استعمال ہو سکتا ہے۔

لمبے، گھنے اور چمکدار بالوں میں برش یا کنگھی کرنے کا طریقہ بھی جاننا ضروری ہے۔

◆.... بالوں میں ہمیشہ برش اس وقت کریں جب یہ خشک ہوں۔ گیلے بالوں میں برش کرنا بالوں کے سروں کے دو منہ بننے کا سبب بنتا ہے۔

◆.... برش کرنے کے لیے سر کو نیچے جھکالیں اور سرے سے پرے یعنی بالوں کے سروں سے برش کرنا شروع کریں۔

◆.... برش کرنے کے دوران اپنے سر کو آگے کی طرف جھکائیں۔ اس طرح دوران خون کا بہاؤ سر کی جانب بڑھ جائے اور بالوں میں توانائی پیدا ہوگی۔

◆.... باریک بالوں کے لیے نرم برش جو سر کو نہ کھرونچے، کی ضرورت ہوتی ہے۔

◆.... بہت لمبے موٹے بالوں کے لیے ایک بڑے برش جس کے دندانے سخت ہوں کی ضرورت پڑتی ہے۔

◆.... چھوٹے یا گھنگریالے بالوں کے لیے ایک تنگ برش جس کا سر تقریباً مستطیل نما ہو اور جس کے دندانے فاصلے پر گروپ نما شکل میں ہوں ضرورت پڑتی ہے۔

◆.... کبھی بھی تیکھے دندانوں والا برش استعمال نہ کریں۔ یہ بالوں کو زخمی کر دیتے ہیں۔ ایسی کنگھی استعمال کریں جس کے دندانے فاصلے پر ہوں۔

◆.... اُلجھے ہوئے بالوں میں کنگھی کرنے کا آسان حل یہ ہے کہ آپ بالوں کے سرے سے کنگھی کرنا شروع کریں اور آہستہ آہستہ اوپر کی طرف آئیں۔

❄

گیس

حکیم عادل اسمعیل

جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے کا عمل ہمارے منہ سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ غذا کے چبائے جانے کے دوران گلے کے مخصوص غدود کی رطوبت غذا میں شامل ہو کر نشاستے کو شکر میں بدل دیتی ہے اور دانت غذا کو اچھی طرح چبا کر باریک کر دیتے ہیں۔ غذا اب معدے میں پہنچتی ہے جہاں ہاضم رطوبت اور تیزاب اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ معدہ حرکت کرتا ہے اور ہاضم رطوبت اور تیزاب غذا میں مل کر اسے سادہ اجزا میں بدلتے ہیں۔ اس عمل کے دوران گیس پیدا ہوتی ہے جو عام طور پر ڈکار کی شکل میں خارج ہو جاتی ہے۔ بعض صورتوں میں یہ گیس زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے یا جتنی گیس بن رہی ہوتی ہے، وہ کسی سبب کی بنا پر جسم سے خارج نہیں ہو سکتی۔ نتیجے میں یہ گیس پیٹ میں جمع ہو جاتی ہے۔

گیس بننے کے اسباب

کھائی جانے والی غذا درست طریقے پر پکی ہوئی نہ ہو، ہاضمے پر بوجھ ڈالنے والی ہو یا باسی ہونے کی وجہ سے اس میں تعفن پیدا ہو گیا ہو۔

غذا کو ٹھیک طرح چبایا نہ جائے یا اسے اتنی دیر تک منہ میں ٹھہرنے کا موقع ہی نہ دیا جائے کہ منہ کی رطوبت اس پر اثر انداز ہو سکے، یا جلد جلد کھایا جائے۔ معدہ اپنا کام صحیح طور پر انجام نہ دے رہا ہو، خواہ اس کی وجہ معدے کی اپنی کمزوری، مثلاً معدے میں ورم آنا یا اس میں ہاضم رطوبتوں کا کم یا زیادہ بننا ہو یا آپ خود معدے کو مشکل میں ڈال دیں یعنی وقت پر کھانا نہ کھائیں یا ایک غذا کے ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا معدے میں پہنچا دیں۔

غذا جب معدے سے چھوٹی آنت میں داخل ہو رہی ہو تو اس پر مخصوص رطوبتیں مطلوبہ مقدار میں اثر انداز نہ ہو سکیں یا غذا کے جس حصے کو منہ یا معدے میں ہضم ہونا چاہیے تھا وہ ہضم نہ ہو سکے۔

فضلہ کسی وجہ سے آنتوں میں زیادہ دیر تک رکا رہے، ایسی صورت میں بھی گیس زیادہ بنتی ہے اور گیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ ہو کر پیٹ پھولنے لگتا ہے۔ ایسا عام طور پر قبض کے مریضوں میں ہوتا ہے۔

نچلی آنت کے امراض، مثلاً بواسیر وغیرہ بھی گیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

محنت، مشقت، کھیل کود اور ورزش یا چہل قدمی سے "پرہیز" کرنے والے افراد بھی گیس کے مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

نوجوانی کی نسبت ادھیڑ عمری میں گیس زیادہ بننے لگتی ہے۔

زیادہ وزن کے حامل افراد میں بھی گیس زیادہ بننے کی شکایت عام ہے۔

ان لوگوں کو بھی معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے جو بہت متفکر اور پریشان رہتے ہیں۔ زیادہ تیزابیت کی وجہ بھی گیس بننے لگتی ہے۔

علامات

اسباب کے لحاظ سے گیس سے مرض کی علامات مختلف ہیں۔ اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جائے تو مریض کو بھوک برداشت نہیں ہوتی۔ کھانے سے پہلے مریض کا پیٹ پھول جاتا ہے، سینے میں جلن ہونے لگتی ہے۔ کچھ کھانے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے مقابلے میں جن لوگوں کے معدے کمزور ہوں اور ان میں ہاضم رطوبتیں کم مقدار میں بن رہی ہوں انہیں بھوک کم لگتی ہے، کھانے کے بعد پیٹ میں بھاری پن کا احساس ہوتا ہے اور گیس بننے لگتی ہے۔ اگر گیس، قبض کی وجہ سے ہے تو اجابت کے بعد مریض سکون محسوس کرتا اور اگر بواسیر اس کا سبب ہے تو اجابت کے وقت تکلیف ہوسکتی ہے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس ہوتا رہتا ہے کہ ابھی فضلہ آنتوں میں موجود ہے۔

ہمارے جسم کے مختلف اعضا کا دماغ سے رابطہ قائم رکھنے والے بہت سے اعصاب پیٹ سے گزرتے ہیں۔ جب پیٹ میں گیس پیدا ہوتی ہے تو وہ ان اعصاب پر بھی دباؤ ڈالتی ہے اور اسی دباؤ کے ردعمل کے طور پر جسم کے کسی دوسرے حصے میں درد ہونے لگتا ہے۔ ان حصوں میں کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ اسی طرح پیٹ سے گزرنے والی خون کی بڑی رگوں پر ڈائے فرام (وہ پردہ جو پیٹ اور سینے کو علیحدہ علیحدہ حصوں میں تقسیم کرتا ہے) جب گیس کا دباؤ پڑتا ہے تو قلب کا فعل متاثر ہوتا ہے اور گھبراہٹ، وحشت یا اختلاج کی سی کیفیت پیدا ہوجاتی ہے جو بلڈ پریشر پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

علاج

کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے۔ تیزابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیرا یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہیے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے۔

اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی وجہ سے گیس پیدا ہورہی ہے تو غذا میں مرچ مسالے اور گوشت کی مقدار کم کردیں۔ ایک آسان اور خوش ذائقہ نسخہ یہ ہے کہ سونف کو صاف کرکے توے پر رکھ کر ہلکا بھون لیں اور اسے پیس کر اس میں برابر مقدار میں چینی پیس کر ملا لیں۔ اسے صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کرلیجیے۔ دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد چائے کا ایک چمچ پانی کے ساتھ کھائیں جائے۔ یہ ایسی دوا ہے جو ہر طرح کی گیس اور بدہضمی میں استعمال کرائی جاسکتی ہے۔ بچوں کے لیے بھی مفید ہے۔ بلڈ پریشر کے مریض بھی اسے بلاکھٹکے استعمال کرسکتے ہیں کیونکہ اس میں نمکیات نہیں ہیں۔

اگر معدے کی تیزابیت نے بڑھ کر زخم کی شکل اختیار کرلی ہے اور خالی پیٹ رہنے کی صورت میں جلن کے ساتھ درد بھی ہونے لگا تو ملیٹھی کا بہت باریک سفوف اور اس کے برابر اسپغول کو بھوسی ملا کر رکھ لی جائے اور کھانے کا ایک چمچ ایک پیالی پانی میں ملا کر دوپہر اور رات کے کھانوں سے دس منٹ قبل پی لیا جائے۔

معدے کی کمزوری اور ہاضم رطوبات کی کمی اگر گیس کا سبب بن رہی ہے تو ہاضمے کی ٹکیاں استعمال کرنی چاہئیں۔

اگر جگر کی کمزوری سے گیس کی شکایت ہے تو شربت انار، کھانے کے دو چمچ یا جوارش انارین آدھا چائے کا چمچ، پانی کے ساتھ طعام کے بعد لے لیں۔

قبض کی وجہ سے گیس کی شکایت ہو تو رات سونے سے قبل ثابت اسپغول کا ایک چمچ پانی میں ملا کر لے لیا جائے یا بلیلہ سیاہ باریک کرکے کھانے کا ایک چمچ سوتے وقت، نیم گرم پانی کے ساتھ لے لیں۔ مریضوں کو انجیر، منقی، پپیتا، امرود اور انگور استعمال کرتے رہنا چاہیے۔

گیس، بدہضمی، بھوک کی کمی میں درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

اجوائن 125 گرام، کلونجی 125 گرام لے کر ایک پیالے میں ڈال لیں اب لیموں کا رس اتنا ڈالیں کہ ادویات لیموں کے رس میں ڈوب جائیں۔ تین چار دن تک پیالے میں رہنے کے بعد سائے میں خشک کرلیں تین تین گرام دوپہر اور رات کھانے سے پہلے لیں۔

جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی اینٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفاخانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

قبض ایک عام عارضہ ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ لوگ اسے زیادہ اہمیت نہیں دیتے اور کسی معالج سے مشورہ کیے بغیر چلتے پھرتے اس کا علاج کر لیتے ہیں حالانکہ ماہرین نے قبض کو "ام الامراض" کا نام دیا ہے یعنی "بیماریوں کی ماں" اور حقیقت ہے کہ تنہا یہی ایک عارضہ بہت سے امراض کو دعوت دینے کا باعث بن جاتا ہے۔ ان میں جگر کی خرابی، خون کے سرخ ذرات کی ٹوٹ پھوٹ، طبیعت کی سستی، حافظہ کی کمزوری، سردرد اور بعض دماغی امراض شامل ہیں۔

قبض کا سب سے بڑا سبب غلط غذاؤں کا استعمال اور غلط طرز زندگی ہے۔ کھانے کی تمام اشیاء میں، جب وہ اپنی قدرتی حالت میں ہوں، فالتو مادوں (Roughage) کا اچھا خاصا تناسب موجود ہوتا ہے، یہ مادے غذاؤں میں فطرتی توازن کو برقرار رکھنے کے لیے ہوتے ہیں اور انتڑیوں کو حرکت دینے میں بھی مددگار ہوتے ہیں۔ اسی حرکت کی بدولت خوراک معدے کی نالی میں سفر کرتی ہے۔ ہم جو غذائیں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر میں یہ فالتو مادے کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس مقدار کی

کمی ہی قبض پیدا کرنے اور اسے برقرار رہنے میں مدد دیتی ہے۔ اس کی وجہ سے ہم دائمی قبض کے مریض بنتے رہتے ہیں۔

وٹامنز اور منرلز کا تناسب کم رکھنے والا باریک پسا ہوا آٹا اور مرغن غذائیں کھانا، کم پانی پینا، گوشت زیادہ مقدار میں کھانا، زیادہ پتی والی چائے اور کافی کا استعمال، نوالوں کو اچھی طرح نہ چبانا، خوب پیٹ بھر کر کھانا، غذاؤں کا غلط امتزاج اور کھانے پینے کے اوقات میں بے قاعدگی یہ سب چیزیں آنتوں کی کارکردگی کو خراب کرنے کا باعث بنتی ہیں۔ اس کارکردگی کو نقصان پہنچانے والی دیگر باتیں یہ ہیں۔

اجابت کے اوقات میں بے قاعدگی، جلاب زیادہ لینا، پیٹ کے عضلات کا کمزور ہونا (جو بیٹھے رہنے یا نقل و حرکت کم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے) اور جذباتی اور ذہنی دباؤ زیادہ ہونا۔ یہ سب باتیں بھی قبض کا باعث بن جاتی ہیں جن میں ٹیومرز (رسولیاں) جگر کے فعل کی سستی، کانی آنت کا درد، آنتوں کا تشنج، تیزابیت، مقعد کی بیماریاں، دانتوں کی تکالیف، پیشاب کی بیماریاں، شوگر کا مرض، بعض بیماریوں کے لیے استعمال کی جانے والی دواؤں کے زہریلے اثرات، ریڑھ کی ہڈی کے نچلے حصے کی غیر معمولی حالت اور مثانے کے غدود بڑھ جانا شامل ہے۔

ذیل میں قبض سے نجات کے لیے مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

◆.... 250 گرام کچی گاجر اچھی طرح چبا چبا کر روزانہ بھوکے پیٹ کھائیں، اس سے قبض دور ہوگا اور بھوک اچھی لگے گی۔

◆.... لیموں کا رس گرم پانی کے ساتھ رات کو لینے سے اجابت کھل کر آتی ہے۔ بارہ گرام لیموں کا رس، اور بارہ گرام شکر ایک گلاس میں ملا کر رات کو پینے سے کچھ ہی دنوں میں قبض کی پرانی سے پرانی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

◆.... صبح ناشتے میں نارنگی کا رس کئی دنوں تک پیتے رہنے سے قبض دور ہو جاتا ہے اس سے قوت انہضام میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔

◆.... میتھی کے پتوں کی سبزی کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔

◆.... سوتے وقت آدھا چمچ پسی ہوئی سونف گرم پانی کے ساتھ لینے سے قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔

◆.... رات کو ایک چمچ پسا ہوا آنولہ گرم پانی یا گرم دودھ کے ساتھ لینے سے قبض نہیں رہتا۔ آنتیں اور پیٹ صاف رہتے ہیں۔

◆.... گرم دودھ کے ساتھ دو چمچ گلاب کا گلقند یا اسپغول کا چھلکا رات کو لینے سے قبض دور ہوتا ہے۔

◆.... دائمی قبض ہو، تو پختہ انجیر کھائیں، یا پانچ خشک انجیر دودھ میں ابال کر رات کو سوتے وقت لیں۔

◆.... ایک گلاس گرم پانی (جتنا گرم پیا جا سکے) کھانا کھانے کے بعد لگاتار پیتے رہنے سے قبض دور ہوتا ہے۔ جنہیں قبض کی شکایت ہو، انہیں کھانے کے ساتھ گھونٹ گھونٹ پانی پیتے رہنا چاہیے۔ صبح اٹھتے ہی ایک گلاس پانی پئیں۔

◆.... باسٹھ گرام تل کوٹ کر اور چینی ملا کر کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔ تل، چاول اور مونگ کی دال کی کھچڑی بھی قبض دور کرتا ہے۔

اشرف باجی کے ٹوٹکے

ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔

محترمہ اشرف سلطانہ برسہا برس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کوالیفائیڈ طبیبہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجیے۔

ذائقے دار پکوڑے

پکوڑے بناتے وقت اگر تھوڑا سا لیسن پیس کر بیسن میں ڈال دیں تو ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا اور بھاری پن بھی نہیں رہے گا۔

مچھلی ہفتوں تازہ رکھنا

مچھلی کو بہت دیر تک تازہ رکھنے کے لیے اس کو اچھی طرح دھو کر اس میں حسب ضرورت پسا ہوا نمک، پسا ہوا دھنیا، پسی ہوئی ہلدی ملا کر برتن میں رکھ کر فریج میں جما دیں۔

جب پکانی ہو تو اچھی طرح سے دھو کر پکائیں ایک دم تازہ، خستہ اور لذیذ بنے گی اس طرح رکھنے سے مچھلی ہفتوں تازہ رہتی ہے۔

پائے کی بدبو سے نجات

اکثر لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے انہیں پکانے سے کتراتے ہیں۔ اگر پائے پکاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ، دار چینی اور لونگیں ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزیدار بنیں گے۔

ٹماٹر کا سوپ

ٹماٹر کے سوپ میں ایک چمچ پسا ہوا پودینہ ڈال

دیا جائے تو ذائقہ بہتر ہوگا اور سوپ بھی خوشبودار رہے گا۔

لوکی کا حلوہ

لوکی کا حلوہ بناتے وقت اس کو گھی میں بھوننے کے بجائے تازہ کریم میں بھونیں گے تو حلوہ لذیذ بنے گا۔

لذیذ گلاب جامن بنانا

گلاب جامن بناتے وقت ان کے اندر ایک ایک منقہ رکھ دیا جائے تو گلاب جامن بہت پھولیں گے اور ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا۔

فرنیچر کے سفید داغ دور کرنا

اکثر فرنیچر پر پانی گرنے سے سفید سے نشان پڑ جاتے ہیں ان کو دور کرنے کے لیے ویسلین آہستہ آہستہ ملیں۔

بھڑوں کے چھتے ختم کرنا

لہسن اور گندھک کی دھونی دینے سے بھڑ مر جاتے ہیں۔

اگر ان کے چھتوں کو ختم کرنا ہو تو مٹی کا تیل یا سرکہ ڈال دیا جائے۔

چیونٹیاں بھگانا

چیونٹیوں کو بھگانے کے لیے وہاں ہینگ یا ہلدی رکھ دیں تو چیونٹیاں خود ہی چلی جائیں گی۔

مٹر کے دانے جلد گلانا

مٹر کے دانے جلد گلانے کے لیے دانوں کو پانی میں بھگو کر ساتھ ہی تھوڑی سی چینی یا کھانے کا سوڈا اور پودینہ کی چند پتیاں ملا کر پکائیں۔ اس طرح مٹر کے دانے جلد گل جائیں گے اور ان کا رنگ بھی ہرا ہی رہے گا۔

چقندر زیادہ عرصہ تک محفوظ رکھنا

چقندر کو کسی تھیلی میں روئی کے ساتھ اس طرح رکھیں کہ آپس میں ملنے نہ پائیں اس طرح چقندر زیادہ عرصے تک تازہ رہیں گے۔

مسالہ اچھا بنانا

گوشت اچھا پکانے کے لیے مسالے میں تھوڑا سا آٹا ملا لیں۔

پکتے ہوئے کوفتے نہ ٹوٹیں

کوفتے پکاتے وقت چمچ سے ہلانے کی بجائے دیگچی کو حرکت دیں اس طرح کوفتے ٹوٹنے سے محفوظ رہیں گے۔

گوشت جلد گلانا

پکتے ہوئے گوشت میں ذرا سی میٹھی چینی یا چھالیہ ڈال دیں۔ ایک کلو گوشت کے لیے ایک چھالیہ کافی ہے۔

لیموں سے پورا رس نکالنا

لیموں سے پورا رس نکالنے کے لیے اسے پہلے گرم پانی میں ڈبو کر پھر کاٹیں۔

کبھی نہ مرجھانے والے پھولوں کا گلدان

تھوڑے سے سدا بہار کے بیج لیں۔ انہیں کسی گملے میں بو دیں۔ جب پودا چار انچ ہو جائے تو بڑی حفاظت سے خوبصورت گلدان میں منتقل کر دیں۔ یہ پھول مختلف رنگوں میں ہوں گے اور ان کا کسی بھی موسم میں مرجھانے کا امکان نہیں ہے۔ سدا بہار کے بیج زرسری یا دکان سے حاصل کریں۔

جسم کے عجائبات

انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

"جسم کے عجائبات" کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میرا کام یہ ہے کہ میں انسان کو عارضی طور پر کسی سپر مین میں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کرنا چاہے وہ کر گزرے۔ اپنی بقاء کی جنگ لڑتے ہوئے اگر اس کی ضروریات تیزی سے بڑھ رہی ہوں تو میں ان کا انتظام پہلے ہی کر چکا ہوتا ہوں!

(گزشتہ سے پیوستہ)

جادوئی طاقت
ایڈرینل گلینڈز

ایڈرینل گلینڈ کی کہانی خود اس کی زبانی

میری شکل کسی تکونے بیٹ سے مشابہ ہے اور ساخت انگلی کے سرے کے برابر۔ وزن کا اندازہ آپ خود کر سکتے ہیں۔ اس مختصر سے وجود میں اللہ نے مجھے بہت سی حیات آفریں صلاحیتیں عطا کی ہیں۔ میں پچاس سے زیادہ ہارمون تیار کرنے کا ذمہ دار ہوں۔ ان ہارمونز کو اگر انسان تیار کرنا چاہے تو اس کے لیے اسے کئی ایکڑ زمین پر بہت بڑا پلانٹ لگانا پڑے گا۔ اسٹاف، ماہرین اور آلات کی ایک لمبی فہرست تیار کرنا ہوگی۔

میں جو ہارمونز روزانہ تیار کرتا ہوں ان کی مقدار ایک اونس کے ہزارویں حصے کے برابر ہوتی ہے لیکن یہ ہارمونز آپ کی زندگی کے کم و بیش تمام کاموں میں مرکزی کردار ادا کرتے ہیں۔

میں آپ کا ایڈرینل گلینڈ (غدود) ہوں اور آپ کے دائیں گردے کے اوپر گھڑ سوار کی طرح سوار رہتا ہوں۔ میرا ہمزاد بھی اسی طرح

آپ کے بائیں گردے پر موجود ہے۔ آپ کی زندگی کی دوڑ میں ہم دونوں بے حد اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

میرے وجود کا ہر حصہ حیران کن صلاحیتوں سے بھرا ہوا ہے۔ اس معاملے میں جسم کا شاید ہی کوئی دوسرا عضو میرا مقابلہ کرسکے۔ میں انسان کو بڑی بڑی مصیبتوں میں مبتلا کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔ میں انسان کو معذور بنا سکتا ہوں، اسے بیمار ڈال سکتا ہوں، اسے پاگل خانے بھیج سکتا ہوں، حتیٰ کہ اسے موت کے گھاٹ اتارنے کی صلاحیت بھی مجھ میں موجود ہے لیکن میں نے آپ کے ساتھ کبھی ایسا سلوک نہیں کیا۔ اس کے برعکس میں نے ہمیشہ آپ کو بہت سی مصیبتوں سے دور رکھا ہے۔ شاید یہی سبب ہے کہ آپ میرے وجود تک سے ناآشنا ہیں۔ انسان کی عادت ہے کہ وہ اپنی جسمانی نعمتوں کی قدر اس وقت تک نہیں کرتا جب تک کہ تکلیف میں مبتلا نہ ہوجائے یا کوئی نعمت اس سے واپس نہ لے لی جائے!

میرا وجود آپ کی زندگی کے لیے ناگزیر اور آپ کے لیے آپ کے پیدا کرنے والے اللہ رب العالمین کی طرف سے ایک عظیم تحفہ ہے۔ جس کی قدر و قیمت کا اندازہ شاید آپ میری کہانی سننے کے بعد کسی قدر لگا سکیں۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ اگر دل دھڑکنا بند کردے، گردے خراب ہوجائیں تو موت واقع ہوسکتی ہے۔ یہ سچ ہے لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مجھے اور میرے ساتھی غدود کو جسم سے نکال دیا جائے یا ہماری کارکردگی ختم ہوجائے تو انسان کی منزل صرف قبرستان ہی رہ جاتی ہے۔ ایسے میں ڈاکٹر صاحبان زیادہ سے زیادہ یہ کرسکتے ہیں کہ مریض کو مصنوعی طریقے سے ہارمونز استعمال کرائیں اور موت کے قدموں کی آہٹ کو مدہم کردیں۔

اگر ہماری کارکردگی میں سست رفتاری پیدا ہوجائے تو انسان کی زندگی کا چراغ بجھنے کے قریب ہوجاتا ہے۔ ایسے میں انسان جلد ہی ہڈیوں کے ڈھانچے میں تبدیل ہوجائے گا۔

آپ کے لڑکپن کے دنوں میں اگر میری کارکردگی اعتدال سے تجاوز کرجاتی تو آپ کی زندگی اتنی خوبصورت نہ ہوتی جس قدر حسین آج ہے۔ ایک نو دس سال کے بچے کی زندگی میں اگر ایسا المیہ رونما ہوجائے تو نتائج انتہائی اذیت ناک ہوتے ہیں۔ میری بے اعتدالی کے سبب وہ معصوم بچہ اس عمر میں ایک چھوٹے سے مکمل آدمی میں تبدیل ہوسکتا تھا۔ اس کی آواز بھاری ہوجاتی، رخسار داڑھی سے بھر جاتے۔ اس کے اعضاء ایک بالغ انسان کے اعضاء میں تبدیل ہوجاتے۔ ہڈیوں کے سرے جو ایک خاص عمر تک بڑھتے رہتے ہیں، ان میں مزید نشوونما کی صلاحیتیں ختم ہوجاتیں اور وہ معصوم، پھول ایسا بچہ ہمیشہ کے لیے ایک بدہیئت بونے میں تبدیل ہوجاتا۔ اس کی زندگی کی مشکلات کا آپ اندازہ کرسکتے ہیں!

آپ زندگی کے ان دنوں میں اس خطرے سے محفوظ رہے اور آج ایک نارمل، صحت مند اور پرسکون زندگی گزار رہے ہیں تو اس کا سبب میری اور میرے ساتھی کی وہ خدمات ہیں جن سے ایک عام آدمی ہمیشہ لاعلم ہی رہتا ہے اور جسے علم ہوتا ہے وہ بھی شکر کی جانب متوجہ نہیں ہوتا۔ وہ ہماری ان خدمات کو اپنا حق سمجھتا ہے۔

ایک طویل عرصے تک ڈاکٹر اور سائنس دان مجھے صرف ایک "پُر اسرار غدود" سمجھتے رہے۔ وہ صرف اتنا جانتے تھے کہ میری عدم موجودگی انسان کو موت کے گھاٹ اتار سکتی ہے۔ انسان کے جسم میں میرا کیا کردار ہے، میں کیا خدمات انجام دیتا ہوں، یہ سب باتیں انہیں معلوم نہیں تھیں۔ پھر ایسا دور آیا کہ کیمیا دانوں نے میری گوناگوں صلاحیتوں کو ایک ایک کرکے دریافت کرنا شروع کیا۔ اسی دوران میں جب انہوں نے میرے "کارٹی زون" جیسے ہارمونز کو دریافت کیا تو ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی۔

عقل کو ششدر کر دینے والا یہ ہارمون جسم سے کم از کم سو سے زیادہ بیماریوں کو دور کرنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہے۔ بڑی آنت کا السر، تپ اور دمے جیسی اذیت ناک بیماریاں بھی انہی میں شامل ہیں۔

میرے اندر خون کی نالیوں کا جس قدر بڑا جال پھیلا ہوا ہے وہ کسی اور عضو میں موجود نہیں۔ ہر پینتالیس سیکنڈ کے بعد مجھے میرے وزن سے چھ گنا زیادہ تازہ خون فراہم کیا جاتا ہے۔ میں خون کو اسٹور کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔

اگرچہ میرے وجود کا دس فیصد حصہ بھی آپ کے ہارمونز کی ضروریات پوری کرنے کے لیے کافی ہے لیکن اگر میں سکڑ کر دس فیصد کے برابر ہو جاؤں تو انسان شدید دباؤ میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ ایسے میں اگر کسی اور وجہ سے بڑے آپریشن کی ضرورت پیش آجائے تو زندگی کے امکانات تقریباً معدوم ہوتے ہیں کیونکہ میرے کارخانوں کی پیداواری استعداد کم ہونے کی وجہ سے میں زندگی بچانے والے اضافی ہارمونز تیار کرنے کے قابل نہیں رہتا۔

درحقیقت میں ہارمونز کے دو بنیادی سیٹ تیار کرتا ہوں۔ ان میں سے ایک سیٹ میرا اوپری حصہ یعنی میڈولا (Medulla) تیار کرتا ہے اور دوسرا سیٹ میرے اندرونی حصے (Cortex) میں تیار ہوتا ہے۔ میرے اوپری حصے کی ایک انفرادی صلاحیت یہ ہے کہ اس کا تعلق براہ راست دماغ سے ہوتا ہے اسی لیے جب آپ شدید جذباتی دباؤ، اچانک آنے والے غصے یا زبردست خوف میں مبتلا ہوتے ہیں تو اس کی اطلاع میرے اوپری حصے میڈولا کو فوری اور براہ راست موصول ہوتی ہے۔ اس وقت میرے لیے یہ بات واضح نہیں ہوتی کہ ان حالات میں آپ کیا کریں گے....؟ اسی لیے میں ایمرجنسی کا سگنل ملتے ہی آپ کو ہر طرح کے ردعمل اور تمام ممکنہ اقدامات کے لیے تیار کر دیتا ہوں۔ یعنی آپ کو جنگ یا فرار دونوں کے لیے تیار کرنا میری ہی ذمہ داری ہے۔

(جاری ہے)

حسبنا اللہ ونعم الوکیل
ترجمہ "ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے"۔
(سورہ آل عمران آیت 173)
مراقبہ ہال ملتان
نگران: کنور محمد طارق عظیمی
947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان
پوسٹ کوڈ: 60600
فون نمبر: 061-6525331

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہوسکتے ہیں۔ان تحقیقی نتائج کے پیش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہلِ روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوتِ مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کرکے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کردیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہوسکتی ہیں۔

کیفیاتِ مراقبہ۔
روحانی ڈائجسٹ 1/7, 1-D ناظم آباد۔ کراچی 74600

میرے سینے میں جو الاؤ سلگ رہا تھا اس کی شدت شاید کوئی محسوس کر ہی نہیں سکتا۔ محبت ہر انسان کرتا ہے میں نے بھی کی مگر میری محبت طنز، حیرت اور مذاق کا نشانہ بن گئی۔

وہ جو آنکھیں رکھتے ہیں، مجھے دیکھ کر ہنستے تھے۔ ان میں کچھ تو طنزیہ انداز میں قہقہے بھی لگاتے تھے۔ وہ میرے متعلق بڑی عجیب و غریب کہانیاں سناتے تھے۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ وہ کیا کہتے ہیں اور کون سی بات انہیں یوں بے اختیار قہقہے لگانے پر مجبور کرتی تھی۔

ان کے مجھ پر ہنسنے کی ایک وجہ یہ بھی تھی کہ میں ایک لڑکی سے محبت کرتا تھا۔ اس سے بڑھ کر یہ کہ میں نے اس سے شادی کر لی۔

میں پہلے محبوب اور پھر شوہر کیسے بنا....؟ یہی ایک کہانی ہے جس نے لوگوں کو میرا مذاق اڑانے کا موقع فراہم کیا۔ اگر آپ میری اس خوشگوار زندگی کے بارے میں کچھ جاننے کی ضرورت محسوس کریں گے، تو وہ آپ سے میری طرف دیکھنے کو کہیں گے.... اچھا! ٹھیک ہے میں آپ کے سامنے کھڑا ہوتا ہوں۔ آپ خود دیکھیں مجھ میں ایسی کون سی عجیب بات ہے۔ آخر کار میں ایک انسان ہوں۔ لیجیے میں بتاتا ہوں!

ٹانگیں غیر متناسب۔ میرا بڑا سر میری بدصورتی میں ایک اور اضافہ ہے۔ چہرے پر دو گہرے گڑھے ہیں جن میں دو گول گول آنکھیں بڑی عجیب سی لگ رہی ہیں۔ موٹی بھدی ناک اور لمبے لمبے دو کانوں کے درمیان تنگ سی پیشانی۔ بارہ برس کی عمر میں چیچک نکلی۔ تو چہرے پر کچھ اور نقش و نگار بن گئے۔ بچپن میں گر پڑا، تو دائیں ٹانگ سے لنگڑا ہو گیا.... ہاں! میں واقعی بدصورتی کا مرقع ہوں۔ ایک مرتبہ سڑک کے ساتھ ساتھ چلتے ہوئے میں نے ایک آدمی کو کہتے سنا تھا۔ ”یہ آدمی مجھے کسی کبڑے کی یاد دلاتا ہے۔“ حالانکہ میری پشت پر کوہان نہیں ہے۔ پھر بھی میں نے کبھی اس طنز پر احتجاج نہیں کیا۔

میں راہ چلتی عورتوں کو دیکھ کر چھوئی موئی کے پھول کی طرح سکڑ جاتا تھا۔ وجہ یہ تھی کہ وہ مجھ پر نگاہ پڑتے ہی نفرت سے منہ پھیر لیتی تھیں.... اور جب وہ مجھے انسان تسلیم کرنے اور میرے احساسات کی قدر کرنے سے انکار کر دیتی تو مجھے اپنی بے بسی اور کم مائیگی کا احساس ہوتا تھا۔

میرے والد میرے ہوش سنبھالنے سے قبل ہی انتقال کر گئے اور اب گھر میں صرف میری بوڑھی ماں ہے۔

میری اس کیفیت میں وراثت کا کتنا عمل دخل ہے....؟ میری اس کریہہ اور بے ڈھب تخلیق کا کون ذمہ دار ہے....؟ میرا باپ....؟ میری ماں....؟ نہیں! میں کسی کو الزام نہیں دے سکتا۔ میں انہیں کیوں الزام دوں....؟ میں پیدا ہوا تھا۔ اگر انہیں خبر ہوتی کہ ان کا بچہ ایسا ہوگا، تو وہ شاید میری کبھی تمنا نہ کرتے۔

میں جیسا بھی تھا، میری ماں کی خواہش تھی کہ یہ درخت تناور ہو اور اس کی شاخیں پھلیں پھولیں۔

ایک دن اس نے مجھ سے کہا۔

”بیٹے! کیا تم ایک پیاری سی دلہن گھر

نہیں لاؤ گے۔۔۔؟"

میں نے جھجکتے ہوئے کہا۔ "ہاں، ماں! یقیناً میرے لیے دلہن تو آپ ہی ڈھونڈ کر لائیں گی۔"

میں روانی میں ماں سے یہ بات تو کہہ گیا مگر سوچنے لگا کہ ماں کی خواہش کیسے پوری ہوگی۔ مجھ سے کون شادی کرے گا۔

میری رضامندی پر ماں نے بہو گھر میں لانے کی کوششیں تیز کر دیں۔ ہمارے دور کے عزیزوں میں ایک اندھی لڑکی تھی۔ ماں کی بہو لانے کی خواہش پر خاندان کی خواتین نے مشورہ دیا کہ اس اندھی لڑکی سے میری شادی کر دی جائے۔ مگر ماں نہیں مان رہی تھی۔ لوگوں کے اصرار پر میری ملاقات لیلا سے کروائی گئی۔ میں اعتماد میں کمی اور احساس محرومی کا مارا ہوا انسان لیلا سے صرف یہ پوچھ سکا کہ کیا تم نے میری بدصورتی کا تذکرہ سنا ہے۔ وہ بولی ہاں۔ میں نے کہا تم پھر بھی مجھ سے شادی کرنے پر تیار ہوں۔ وہ بولی اصل میں انسان کا تن نہیں من اجلا ہونا چاہیے میں نے جتنا تمہارے بارے میں سنا ہے اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ تم اپنی شکل و صورت سے پریشان نہیں ہو بلکہ لوگوں کے طنزیہ تیر تمہیں گھائل کر رہے ہیں۔ یہی حال میرا بھی ہے۔ مجھے لیلا کی باتیں اچھی لگیں۔ ماں نے نہ چاہتے ہوئے بھی میری شادی لیلا سے کر دی۔ لیلا بہت صابر و شاکر لڑکی ہے مگر زندگی کی گاڑی صبر شکر سے تھوڑی چلتی ہے۔ اب مجھے گھر چلانے کے لیے وسائل کی ضرورت تھی۔ اعتماد اور یکسوئی کی کمی کی وجہ سے ہر جگہ ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا تھا۔ اب مجھے اپنی بدصورتی سے زیادہ اپنے نفسیاتی مسائل کا ادراک ہوا جو کہ مجھے پریشان کر رہے تھے مگر ان مسائل سے نکلنے کی صورت دکھائی نہیں دے رہی تھی۔ میری بیوی لیلا مایوسی میں میرا حوصلہ بڑھایا کرتی۔ اس نے اپنے والد سے بھی میری پریشانی کے متعلق بات کی تھی۔

ایک روز لیلا کے والد مجھے ایک دوست کے پاس لے گئے جو کہ ایک ہیلتھ کا ادارہ چلا رہے تھے۔ میں نے انہیں سلام کیا تو یوں محسوس ہوا کہ ہال میں موجود تمام لوگ مجھے دیکھ کر طنزیہ مسکرا رہے ہیں۔ میں پسینے میں بھیگ گیا۔ تقریباً فرش میں گڑی ہوئی تھی۔

والد کے دوست نے میری خاموشی کو توڑتے ہوئے کہا بیٹا! میں آپ کی تمام روداد سن چکا ہوں۔ آپ مایوس مت ہوں۔ انسان اپنے جسم سے پہچانا جاتا ہے مگر اس کی پہچان اس کا من کرواتا ہے۔ یعنی ذہنی صلاحیتیں اور اعتماد۔ جب آپ میں ذہنی صلاحیتیں بیدار ہوں گی تو لوگ آپ کے قد کاٹھ کے بجائے آپ کی صلاحیتوں کا ذکر کریں گے۔

میں نے ہکلاتے ہوئے کہا۔ میں کتنی بھی کوشش کروں مگر میرے کام پر میرا یہ بے ڈھب جسم غالب آجاتا ہے۔ کسی چیز پر توجہ مرکوز نہیں رکھ پاتا۔ لوگوں کا سامنا کرتے ہوئے مشکل ہوتی ہے۔ گھر سے نکلتے ہوئے طنزیہ تیر میرے ہمسفر ہوتے ہیں اور واپسی میں گھر تک میرا پیچھا کرتے ہیں۔ والد صاحب (سسر) کے دوست انتہائی شفقت سے بولے۔ بیٹا دنیا میں ایسے لاکھوں لوگ ہیں جنہوں نے اپنی صلاحیتوں کے بل بوتے پر نام کمایا۔ آپ بھی لوگوں میں اپنا نام پیدا کرسکتے ہو۔ صرف اپنی

صلاحیتوں کے بل بوتے پر....

اس کے لیے مجھے کیا کرنا ہوگا....؟ میں نے ڈرتے ڈرتے سوال کیا۔

بیٹا! سب سے پہلے تو اپنی ذہنی کیفیت میں ٹھہراؤ لاؤ پھر ذہن کو یکسو کرو۔

کامیابی کے اسباب میں سے ایک اہم سبب یکسوئی Concentration ہے۔ فکر کو ایک ہی نقطہ کی طرف لگائے رکھنے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ تمام ذہنی صلاحیتیں ایک ہی طرف متوجہ رہتی ہیں جس کے مقابلے میں سخت سے سخت رکاوٹ بھی اکھڑ جاتی ہے۔

کامیابی حاصل کرنے میں یکسوئی کا وہی کردار ہے جو کسی بوجھ کو اٹھانے میں "لیور" کا ہوتا ہے۔ لیور کا اصول یہ ہے کہ طاقتیں ایک نقطے پر جمع ہو جاتی ہیں اور "لیور" ایک مناسب زور لگا کر بڑے اور بھاری جسم کو باآسانی اوپر اٹھا لیتا ہے۔ اسی طرح فکر کو ایک ہی محور پر مرکوز کرنے سے بہت سی مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔

ہمارے ذہن اور جسم کی کارکردگی بارش کے قطروں کی طرح سے ہے کہ اگر ایک نقطہ پر جمع ہو جائیں تو چھوٹے سمندر کی شکل اختیار کر سکتے ہیں لیکن اگر منتشر اور پراگندہ ہو جائیں تو زمین میں غائب ہو جاتے ہیں۔

مگر ذہن یکسو ہو کیسے اور اس سے فائدہ کیا ہوگا....؟ میں نے حیرت اور تعجب سے پوچھا۔

بیٹا! میں نے اپنے تجربے سے یہ چیز اخذ کی ہے کہ یکسوئی اور ذہنی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لیے مراقبہ سے بہتر اور کوئی شغل نہیں۔ میں نے فوراً کہا مراقبہ میں پہلے بھی کر چکا ہوں مگر وقت کے زیاں کے سوا کچھ حاصل نہ ہوا۔

انہوں نے کہا دیکھو....! ہر عمل کو کرنے کے کچھ اصول ہوا کرتے ہیں۔ بعض اوقات ہم کوئی کام کرتے ہیں تو اس کا نتیجہ فوراً چاہتے ہیں اور اس کام کے اصولوں کو فراموش کر دیتے ہیں۔

مراقبہ سے بہتر نتیجہ حاصل کرنے کے لیے بھی یکسوئی، صبر اور برداشت کا ہونا بہت ضروری ہے۔

انہوں نے مجھے مراقبہ کے اصول بتائے اور طریقہ ذہن نشین کروایا۔

اس مرتبہ مراقبہ سے بہت سے فوائد کی امید تھی مگر ذہن میں یہ ہی تھا کہ فوراً فوائد حاصل ہو جائیں جو نہیں ہوئے۔ ایک دو تین یہاں تک کے کئی دن گزر گئے۔ مگر کوئی کیفیت ظاہر نہ ہوئی۔ اس دوران میں نے کئی بار میں عظیمیہ سینٹر کے ٹیچر سے بھی رابطہ کیا انہوں نے کئی مفید مشوروں سے نوازا اور دعا کے ساتھ حوصلہ افزائی بھی کی۔

ایک روز مراقبہ میں کانوں میں شور کی آواز سنائی دی۔ شور بلند ہونے لگا اور اس حد تک بلند ہوا کہ سر پھٹتا ہوا محسوس ہوا۔

ایک روز مراقبہ میں بیٹھا تو دور سائے نظر آنے لگے۔ یہ سائے آہستہ آہستہ قریب آنے لگے۔ یہ چھوٹے چھوٹے قد کے بہت سے لوگ تھے اور کسی انجانی زبان میں گفتگو کر رہے تھے۔ ان کی گفتگو سے اندازہ یہ ہو رہا تھا کہ ان کو تمام باتوں کا خوف میں ہوں۔

زندگی میں زیادہ تر خوف، پریشانی اور ڈر سے گزرا ہوں۔ لہٰذا ہر چیز میں پہلے خوف اور ڈر آتا ہے۔

یعنی خواب و خیال میں بھی خوف اور ڈر بیٹھا ہوا ہے۔
مراقبہ کے دوران بھی خوف محسوس ہوا کرتا تھا۔
ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔ بہت بڑا میدان ہے۔ میدان پر انتہائی سلیقے سے گہری سبز گھاس اگائی گئی ہے میں ننگے پاؤں گھاس پر چل رہا ہوں صبح کا وقت ہے۔ ننھے شبنم کے قطرے پیروں سے لپٹ کر ذہن کو سکون پہنچا رہے ہیں۔
ایک روز مراقبہ میں خود کو بڑے بڑے درختوں کے درمیان پایا۔ درختوں پر رنگ برنگی پرندے اپنی سریلی آواز میں گا رہے ہیں اور اچھل کود کر رہے ہیں۔
ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ فضا گہرے بادلوں سے ڈھکی ہوئی ہے۔ کچھ دیر میں بارش شروع ہو جاتی ہے۔ تیز بارش مسلسل کئی گھنٹے تک ہوتی رہی ہے۔ جب بارش بند ہوتی ہے تو تمام فضا دھل کر صاف ستھری ہو جاتی ہے۔
ایک دن مراقبہ میں خود کو ایک نیلے پانی کی خوبصورت جھیل کے کنارے پایا۔ جھیل کا پانی انتہائی شفاف ہے۔ رنگ برنگی کی مچھلیاں پانی میں تیرتی ہوئی دکھائی دے رہی ہیں۔ فضا میں ہزاروں کی تعداد میں پرندے محو پرواز ہیں۔ کئی پرندے جھیل پر خوراک کے لیے اتر رہے ہیں۔
چند ہفتوں تک مسلسل مراقبہ کرتے رہنے سے اب ذہنی یکسوئی بہت بہتر ہوئی ہے۔ خود اعتمادی کی وجہ سے لوگوں کی باتوں پر زیادہ دھیان نہیں دیتا۔ اللہ کے فضل سے ایک ادارے میں ملازم بھی ہو گیا ہوں۔ اب بھی بہت لوگ کئی مرتبہ مجھے مڑ مڑ کر دیکھتے ہیں مگر اب پہلے کی طرح ذہنی کیفیت نہیں ہوتی۔ اپنی صلاحیتوں کا ادراک ہونے لگا ہے۔
ٹیم کی حوصلہ افزائی کی وجہ سے آفس کے بعد پڑھائی کا سلسلہ بھی شروع کر رہا ہوں۔
مجھے اپنی لائف پارٹنر سے بہت زیادہ حوصلہ ملا ہے۔ وہ بینائی سے محروم ہونے کے باوجود اپنی اور میری زندگی میں خوشیوں کی متلاشی رہتی ہیں۔

❁

پوری نوعِ انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے۔ مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہئے کہ وہ لوگ خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوعِ انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جا سکتا ہے۔

اس وقت نوعِ انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آ رہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔

انسانیت کی بقا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

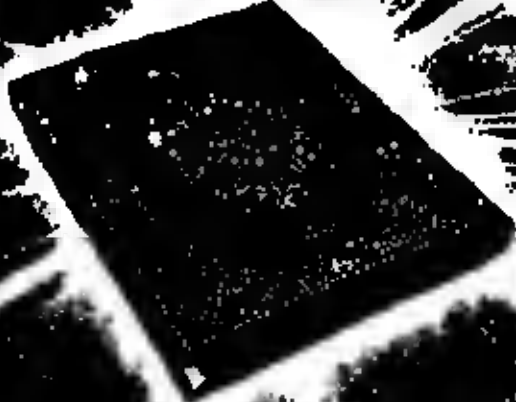
ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پرہیزگار بن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرۃ۔ 22-21)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟".....

آپ ﷺ نے فرمایا "یہ کہ تم خدا کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے"۔

(صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدہٗ لاشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختمِ نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ہر مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدۂ توحید و رسالت اور ختمِ نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جا سکتا۔

از طرف: ایک بندۂ خدا

قرآن پاک رشد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستورِ حیات اور ضابطۂ زندگی ہے۔ قرآنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصولوں سے بھی واقف کراتی ہیں۔

بَیِّنَات

لغوی اعتبار سے کسی چیز کا جدا یا الگ الگ ہونا، کسی چیز کا الگ سے ظاہر ہونا بین کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے۔

کسی بات کا کھل کر سامنے آجانا، کھلی آنکھوں سے ظاہر ہو جانا، واضح ہو جانا بھی تبیین کے معنی میں آتا ہے، کسی مسئلہ کا اظہار اور وضاحت بیان کہلاتی ہے اور ایسی دلیل کو جو عقلی طور پر واضح ہو بینات کہا جاتا ہے۔

قرآن مجید میں لفظ بَیِّنَات کل 52 مرتبہ آیا ہے۔

بینہ اور بینات قرآن میں معجزہ کے مفہوم کی وضاحت کے لئے بھی استعمال ہوا ہے۔ بینہ ایسی کھلی دلیل کو کہتے ہیں جو فریقِ مخالف کو انکار کی صورت میں بحث و ثبوت کے طور پر پیش کی جائے۔ اس لحاظ سے اس کا اطلاق معجزہ پر بھی ہوتا ہے۔ جب اس لفظ کے ساتھ آیت کا لفظ بھی آجائے تو اس معنی کی مزید تائید بھی ہوتی ہے اور اس مفہوم کو تقویت بھی عطا ہوتی ہے۔

قرآن کے اُسلوب کا ایک منفرد وصف یہ بھی ہے کہ اس میں مختلف سے مختلف مسئلہ بھی کھول کھول کر بیان کیا گیا ہے تاکہ ذہنِ انسانی پر ہر مسئلہ اور مسئلے کا ہر پہلو اچھی طرح واضح ہو جائے۔

چنانچہ قرآن مجید میں ان دلیل کو اکثر آیات بینات اور بعض مقامات پر صرف بینات کے الفاظ سے

بیان کیا گیا ہے۔

ترجمہ: "کیا انہیں ان لوگوں کی خبر نہیں ملی جو ان سے پہلے گزر چکے ہیں (جیسے) نوح کی قوم، اور عاد و ثمود اور ابراہیم کی قوم! اور مدین والے اور وہ جن کی بستیاں الٹ دی گئی تھیں (قوم لوط) ان کے پاس ان کے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بَيِّنَاتِ) (معجزات) لے کر آئے تھے۔ (مگر وہ اپنی گمراہی سے باز نہ آئے)۔ اللہ تو ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا مگر وہ خود ہی اپنے اوپر ظلم کرتے تھے"۔ [سورۃ توبہ (9) آیت: 70]

ترجمہ: "بیشک تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ایک روشن دلیل (بَيِّنَةٌ) آ گئی ہے۔ یہ اللہ کی اونٹنی تمہارے لئے نشانی ہے"۔ [سورۃ اعراف (7) : آیت 73]

ترجمہ: "اور ہم نے موسیٰ کو نو روشن (بَيِّنَاتِ) نشانیاں دیں"۔ [سورۃ بنی اسرائیل 17: آیت 101] "اور عیسیٰ بن مریم کو کھلے نشانات (بَيِّنَاتِ) بخشے اور روح القدس (یعنی جبرئیل) سے ان کو مدد دی"۔ [سورۃ بقرہ (2) آیت: 87]

ترجمہ: "اور جب ان کے پیغمبر ان کے پاس کھلی نشانیاں (بَيِّنَاتِ) لے کر آئے تو جو علم (اپنے خیال میں) ان کے پاس تھا اس پر اترانے لگے اور جس چیز سے تمسخر کیا کرتے تھے اس نے ان کو آ گھیرا"۔ [سورۃ مومن (40) آیت: 83]

ترجمہ: "یہ وہ لوگ ہیں جنہوں نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں حکم دیا ہے کہ کسی رسول کو نہ مانیں جب تک وہ ہمارے پاس ایسی قربانی نہ لائے جسے آگ کھا جائے آپ کہہ دیجئے کہ اگر تم سچے ہو تو مجھ سے پہلے تمہارے پاس جو رسول دیگر معجزوں (بَيِّنَاتِ) کے ساتھ یہ بھی لائے جسے تم کہہ رہے ہو پھر تم نے انہیں کیوں مار ڈالا۔ پھر اگر یہ لوگ تم کو سچا نہ سمجھیں تو تم سے پہلے بہت سے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (بَيِّنَاتِ) اور صحیفے اور روشن کتابیں لے کر آ چکے ہیں اور لوگوں نے ان کو بھی سچا نہیں سمجھا"۔ [سورۃ آل عمران 3 آیت: 183، 184]

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور الشیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوابی لفافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب-1/7،D-1، ناظم آباد۔ کراچی 74600

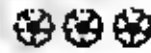
سوال: دنیا میں افراتفری کا ایک عالم برپا ہے، ہر شخص کسی نہ کسی الجھن میں گرفتار ہے، ذہنی سکون ختم ہو گیا ہے۔ عدم تحفظ کے احساس سے حزن و ملال کے سائے گہرے اور دبیز ہو گئے ہیں۔ اخبارات میں آئے دن حادثات اور انسانوں کی قیمتی جانیں ضائع ہونے کی خبریں شائع ہوتی رہتی ہیں کبھی بموں کے دھماکے کبھی فلک بوس عمارتوں کے سرنگوں ہونے اور ان کے نیچے بندگان خدا کے ہلاک ہونے کی دلدوز اور وحشت اثر خبریں ہمارے سامنے آتی ہیں وغیرہ وغیرہ۔ ان کا سبب کیا ہے اور ایسے عالم میں دنیا میں پیار و محبت، یگانگت اور اجتماعی سکون کس طرح ممکن ہے؟؟

(فہد حسن۔ کراچی)

جواب: جو کچھ آپ نے تحریر کیا ہے اس سے یہ اندازہ لگانا دشوار نہیں ہے کہ ہم آفات ارضی و سماوی کی یلغار کی زد میں ہیں بظاہر ان المناک واقعات کے وقوع پذیر ہونے کی یہ توجیہہ پیش کی جا سکتی ہے کہ تعمیر کنندگان کی ہوس زر کی وجہ سے یہ نوبت آئی ہے یا زمین کے اندر رد و بدل اس کا سبب ہے۔ یہ باتیں بظاہر کتنی ہی معقول اور وزنی ہوں لیکن اگر ایک راسخ العقیدہ مسلمان کی حیثیت سے دیکھا جائے تو انسانی معاشرہ میں آباد لوگوں کے جرائم اور خطا کاریاں ارضی و سماوی آفات اور بلاؤں کو دعوت دیتی ہیں۔ جب کوئی قوم قانون خداوندی سے انحراف و گریز کرتی ہے اور خیر و شر کی تفریق کو نظر انداز کر کے قانون شکنی کا ارتکاب کرنے لگتی ہے تو افراد کے یقین کی قوتوں میں اضمحلال شروع ہو جاتا ہے تو ایک وقت ایسا آتا ہے کہ یقین کی قوتوں میں اضمحلال شروع

ہو جاتا ہے۔ رفتہ رفتہ یقین کی قوت بالکل معدوم ہو جاتی ہے اور عقائد میں شک اور وسواس در آتے ہیں۔ اس تشکیک اور بے یقینی کی بنا پر قوم توہمات میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ توہماتی قوتوں کے غلبے سے انسان کے اندر طرح طرح کے اندیشے اور وسوسے پیدا ہونے لگتے ہیں جس کا منطقی نتیجہ ترس و ہوس پر منتج ہوتا ہے۔ یہ حرص و ہوس انسان کو اس مقام پر لے جاتی ہے جہاں بے یقینی اور توہماتی قوتیں مکمل طور پر اس کو شکنجے میں جکڑ لیتی ہیں۔ یہی وہ مقام ہے جہاں انسان زندگی کی حقیقی مسرتوں سے محروم ہو جاتا ہے اور اس کی حیات کا محور اللہ تعالیٰ کی بجائے ظاہری اور مادی وسائل بن جاتے ہیں اور جب کسی قوم کا انحصار در بست مادی وسائل پر ہو جاتا ہے تو آفات ارضی و سماوی کا لامتناہی سلسلہ عمل میں آنے لگتا ہے۔ نتیجتاً افرا تفری کا عالم برپا رہتا ہے۔ قوموں کے افراد کسی نہ کسی شکل میں الجھنوں کا شکار رہتے ہیں۔ عدم تحفظ کا احساس اس قدر بڑھ جاتا ہے کہ بھائی بھائی سے خوف کھانے لگتا ہے۔ حتیٰ کہ اپنا سایہ بھی اسے ایک ڈراؤنا ہیولا نظر آتا ہے۔ خونوں کی رنگت میں سفیدی آ جاتی ہے اور بھائی بھائی کی قیمتی جان ضائع کرنے میں بہانے تلاش کرتا ہے اور اس طرح ایک جرم اسے کئی زیادہ جرم کرنے کا مرتکب کرتا ہے۔ علیٰ ہذا القیاس پوری قوم تباہ و برباد ہو جاتی ہے۔

ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ شک و بے یقینی کو دماغ میں جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں۔ یہ وہی شک اور وسوسہ ہے جس سے آدمؑ کو بار بار بچنے کا حکم دیا گیا تھا۔ بالآخر شیطان نے بہکا کر آدمؑ کو شک اور بے یقینی میں گرفتار بلا کر دیا جس کے سبب آدمؑ کو جنت کی نعمتوں سے محروم ہونا پڑا۔ شکوک و وسواس ہی دراصل انفرادی اور اجتماعی زندگیوں کی تباہ کاریوں کا سبب ہیں۔

❁❁❁

سوال: اہرام مصر کب اور کیوں تعمیر ہوئے؟..... وہ کون سی ٹیکنالوجی تھی جس کے ذریعے ٹنوں وزنی لاکھوں پتھروں کو میلوں سے دور لا کر تراشا گیا اور انہیں تیس چالیس فٹ کی بلندی پر نصب کیا گیا۔

(عمیر الغنی۔ کراچی)

جواب: خیالات کی لہروں کے علم سے واقف سائنسدان "رمپا" (Rampa) نے آثار قدیمہ کے ماہرین کے اصرار پر یہ انکشاف کیا ہے کہ تیس ہزار سال پہلے کے وہ لوگ جنہوں نے اہرام مصر بنائے ہیں آج کے سائنسدانوں سے زیادہ ترقی یافتہ تھے۔ اور وہ ایسی ایجادات میں کامیاب ہو گئے تھے جن کے ذریعے پتھروں سے کشش ثقل ختم کر دی جاتی تھی۔ کشش ثقل ختم ہو جانے کے بعد ہزاروں ٹن وزنی چٹان ایک آدمی اس طرح اٹھا سکتا تھا جیسے پروں سے بھرا ہوا ایک تکیہ۔ اس طرح اوکلٹ (Occult) سائنس کی دنیا میں ایک شخصیت ایڈگرکیس کے مطابق ان پتھروں کو ہوا میں تیرا کر (Float) مقررہ جگہ پر بھیجا گیا ہے۔

اہرام مصر کے سلسلے میں ان دانشوروں نے جو کچھ کہا ہے وہ لہروں کی منتقلی کے اس قانون کے مطابق ہے جس کو ٹیلی پیتھی کہا جاتا ہے۔

زندگی کا کوئی رخ ہو، صحت مندی کا رخ ہو، بیماری کا ہو، پریشانی کا ہو، خوشی کا ہو، احساس کمتری یا احساس برتری کا رخ ہو۔ یہ تمام اعمال، تاثرات، جذبات خیالات کے تابع ہیں۔ سات ارب آبادی میں ایک انسان بھی اس بات سے انکار نہیں کر سکتا کہ اس کی زندگی کا دارومدار خیالات کے اوپر ہے۔ جب تک کسی چیز کے بارے میں خیال وارد نہیں ہوتا وہ چیز واقع نہیں ہوتی۔

اس کی بہت ساری مثالیں ہیں مثلاً ہم رات کو سوتے ہیں، صبح کو بیدار ہو جاتے ہیں۔ صبح کے معمولات میں ہمارا ایک معمول یہ ہے کہ ہمیں دفتر جانا ہے۔ اگر ہمیں بیدار ہونے کے بعد دفتر جانے کا خیال نہ آئے تو ہم دفتر نہیں جائیں گے۔

یہی حال کھانے پینے کا ہے۔ مریض کو بھوک نہیں لگتی.... مریض کھانا کیوں نہیں کھاتا؟

علیٰ ہذا القیاس زندگی کے جتنے بھی معمولات ہیں ان میں کوئی عمل ایسا نہیں ہے کہ جو خیال آئے بغیر انجام دیا جا سکے۔ کلیہ یہ بنا کہ زندگی کا دارومدار اس بات پر ہے کہ جب کوئی کام آپ کرنا چاہیں تو پہلے آپ کو خیال آئے گا اور اس کے بعد آپ وہ عمل کریں گے۔

ہماری پوری زندگی اطلاعات پر قائم ہے۔ اگر آپ کا ذہن آپ کے شعور کو اس بات سے مطلع نہیں کرے گا کہ آپ کو اب نیند کی ضرورت ہے، آپ سو نہیں سکتے۔ انتہا یہ ہے کہ اگر آپ کو سونے کی گولیاں Sleeping Pills بھی دی جائیں تب بھی آپ کو نیند نہیں آئے گی۔ نیند کی گولی دینے کا مطلب ہی یہ ہوتا ہے کہ جو انفارمیشن آپ کو ملتی ہے وہ متحرک ہو جائے۔ زندگی کا کوئی ایک عمل پیدائش سے لے کر موت تک ایسا نہیں ہے جو آپ خیال آئے بغیر کر سکیں۔

خیال ایک اطلاع ہے۔ انسان کے اندر ایک ایسی ایجنسی ہے جو ایجنسی انفارمیشن قبول کرتی ہے اور انفارمیشن جس قسم کی ہوتی ہے اس قسم کے تاثرات قائم ہو جاتے ہیں۔ مثلاً ایک آدمی گھر میں بیٹھا ہے، اس کو ایک بری اطلاع ملی.... اللہ تعالیٰ سب کے بچوں کو

جذبات کہاں بنتے ہیں؟ خیالات و تصورات جسم پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں؟

انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔

خیالات دماغ میں سے نہیں آتے.... اگر آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔

محفوظ رکھے.... کہ بچے کا ایکسیڈنٹ ہو گیا۔ جیسے ہی یہ انفارمیشن ملے گی زندگی میں ایک ہلچل برپا ہو جائے گی۔ سوائے پریشانی کے اور کوئی بات ذہن میں نہیں آئے گی۔
آپ کو یہ اطلاع ملی کہ بچی اچھے نمبروں سے پاس ہو گئی ہے۔ ابھی آپ نے اس کی مارکس شیٹ نہیں دیکھی۔ بچی نے آکر بتایا بھی نہیں ہے لیکن اس انفارمیشن کے تاثرات خوشی کی شکل میں مرتب ہوں گے۔ مفہوم یہ نکلا کہ خوشی ہو یا غمی ہو اس کا تعلق انفارمیشن سے ہے۔
انفارمیشن کہاں سے آتی ہے؟
اس انفارمیشن کا تعلق روح سے ہے۔
روح سے جسم کا تعلق کیوں اور کس طرح ہے؟
ہم دیکھتے ہیں کہ روح جسم سے رشتہ توڑ لیتی ہے تو کسی بھی انفارمیشن کا اثر جسم پر مرتب نہیں ہوتا۔
کیوں....؟
کان ہیں، دماغ بھی ہے۔
بات یہ ہے کہ روح نے اس Physical Body سے اپنا رشتہ توڑ لیا ہے۔
اب ہم اس طرح کہیں گے کہ جب تک روح کا تعلق جسم سے رہتا ہے، اس وقت تک انفارمیشن رہتی ہے اور جیسے ہی روح کا جسم سے رشتہ منقطع ہو جاتا ہے انفارمیشن کا عمل ختم ہو جاتا ہے۔
ہم لیکچر میں بتا چکے ہیں کہ مادی جسم روح کا لباس ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، اس میں حرکت رہتی ہے۔ بلکہ دماغ خیالات آنے کا ذریعہ ہے۔
خیالات کہاں سے آتے ہیں؟
یہ بات تو آپ سمجھ گئے ہیں کہ خیالات دماغ سے نہیں آتے۔ اگر خیالات دماغ میں سے آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔

ہمیں بخوبی اندازہ ہو گیا ہے کہ ہمارا جسمانی وجود جس کو ہم Phsycial Body کہتے ہیں اس کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اس کی حیثیت صرف اتنی ہے کہ روح نے اس کو اپنا لباس بنایا ہوا ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، جسم میں حرکت رہتی ہے۔
یہ کیا بات ہوئی؟
بات یہ ہوئی کہ دنیا کے انسان Physical Body کو اصل سمجھے ہوئے ہیں۔ جب کہ یہ اصل نہیں ہے۔ جب تک ہم اسے اصل سمجھتے رہیں گے ہم فکشن کی زندگی میں قید رہیں گے اور جب ہمارے اوپر یہ عقدہ کھل جائے گا کہ جس طرح کوٹ جسم کے بغیر حرکت نہیں کرتا، اسی طرح روح کے بغیر جسم حرکت نہیں کرتا تو ہم Fiction سے نکل کر Reality میں داخل ہو جائیں گے۔
جہاں Reality ہوتی ہے وہاں شک نہیں ہوتا۔
جہاں Fiction ہوتا ہے وہاں شک ہوتا ہے۔ جب تک انسان شک کی زندگی میں جکڑا رہے گا، تکلیف میں رہے گا۔ جتنا زیادہ شک بڑھ جائے گا اسی مناسبت سے مزاج میں تبدیلی آتی رہے گی اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ شعور غیر متوازن ہو جائے گا۔ جب شعور غیر متوازن ہو جائے گا تو طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہو جائیں گی۔ مرگی، آسیب، کینسر، سل، دق، شوگر، بے خوابی، بلڈ پریشر وغیرہ یہ سارے امراض اس بنیاد پر ہیں کہ ہم Physical Body کو اصل سمجھ رہے ہیں۔
روحانیت کہتی ہے کہ انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔

❖

مارچ 1990ء کے شمارے کا سرورق

اس ماہ کے مضامین میں حضرت یوسف، حضرت مالک بن دینار، صراط مستقیم، جبر اور صبر کا مقابلہ، آگ کا طوفان، مقام قلندری، حیثیت سے حیثیت، گولڈ، خسرو، ایک من وزنی تربوز، نیلی چڑیا سیکھیے، بعثت رسول حضرت رقیہ، تاریخ اور عورت، بڑا ہونے کا یاقوت، شب برات، ابدال حق قلندر بابا اولیاؒ کا عرس شریف، دعا جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نور الٰہی نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، پیراسائیکولوجی، ایڈیٹر کون تھا، محفل مراقبہ، اللہ رکھی، پراسرار آدمی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "تنوع" قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے دی جارہی ہے۔

تنوع

(ڈاکٹر ملک غلام مرتضیٰ)

اللہ تعالیٰ کے وجود کی ایک بہت بڑی نشانی اس کائنات کی تمام اشیاء میں تنوع ہے۔ ہر چیز ایک ذاتی حسن لیے ہوئے ہے۔ وہ حسن جو اس سے پہلے کسی چیز کو نصیب نہیں ہوا۔ مختلف اقسام کے جمادات، نباتات حیوانات موجود ہیں۔ ان نباتات میں ایک قسم دوسری قسم سے نہیں ملتی۔ ایک ہی زمین ہے ایک ہی آب و ہوا ایک ہی موسم لیکن مختلف رنگوں، مختلف ذائقوں اور مختلف شکلوں کی نباتات اگ رہی ہیں۔

"اور زمین میں ایک دوسرے سے ملے ہوئے قطعے (جیسے) ہیں اور انگوروں کے باغات جن میں بعض تو ایسے ہیں کہ ایک تنے سے اوپر جا کر دو تنے ہو جاتے ہیں اور سب کو ایک ہی طرح کا پانی دیا جاتا ہے اور ہم ایک کو دوسرے پر پھلوں میں فوقیت دیتے ہیں۔ ان باتوں میں سمجھداروں کے لیے دلائل موجود ہیں۔"

(الرعد-4)

یہی حال حیوانات کا ہے۔ علاقے میں مختلف قسم کے حیوانات اور پھر ایک ہی قسم کے حیوانات کی شکل بھی آپس میں نہیں ملتی۔ ہر جاندار اپنی جگہ پر تخلیق و تسویہ کا بہترین نمونہ ہے۔ ایک ہرن اپنی جگہ پر نہایت خوبصورت ہے لیکن خوبصورتی کا یہ ڈیزائن اس کی ذات پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ اس کے ہم جنس جتنے بھی ہرن ہوں گے سب الگ الگ ڈیزائن اور

الگ الگ شکل وصورت لے کر پیدا ہوں گے کسی کی شکل
دوسرے برتن سے نہیں ملتی ہوگی اور سبھی حسن ورعنائی کا
نمونہ ہوں گے۔

عام طریقہ یہ ہے کہ کوئی چھوٹی سے چھوٹی یا بڑی
فیکٹری کیوں نہ ہو اس میں تخلیقی اعتبار سے بہت بڑا مسئلہ
نقش آرائی (Designing) کا ہوتا ہے۔

فیکٹری جتنی معمولی سطح کی ہوگی اس کی تیار کردہ اشیاء
کے ڈیزائن اسی قدر کم ہوں گے اور فیکٹری جس قدر اعلیٰ
درجہ کی ہوگی اس کی مصنوعات کے ڈیزائن اسی قدر زیادہ
اور متنوع ہوں گے لیکن ہر فیکٹری محدود تعداد میں
ڈیزائن رکھنے پر مجبور ہے۔ اس کے آرٹسٹوں کی صلاحیتیں
اس قدر محدود ہیں کہ چند ڈیزائن بنالینے کے بعد وہ بغلیں
جھانکنے لگتے ہیں۔ بس آخر میں یہی ہوتا ہے کہ ایک
ڈیزائن چل نکلا اور تمام اشیاء اسی ڈیزائن کے سانچے میں
ڈھلی ہوئی تیار ہو رہی ہیں۔ تمام اشیاء بالکل ایک جیسی شکل
کی، دو اشیاء کو بغیر خاص نشان لگائے رکھ دیجیے ان میں
پہچان کرنا مشکل ہوگا۔ آخر کار تخلیق کے عمل میں اس
قدر ہم رنگی (Monotony) پیدا ہو جاتی ہے کہ خود
فیکٹری کے مالک و منتظم اسی ڈیزائن کو دیکھ دیکھ کر تنگ
آجاتے ہیں اور نئے ڈیزائن کی تیاری کے لیے بھاری رقمیں
پیش کرتے ہیں۔

اب فطرت کے خلاق اعظم کی تخلیقی فنکاریوں کا
تماشہ دیکھیے۔ دنیا میں جتنی اشیاء بنائیں سب الگ الگ
ڈیزائن کی۔ کوئی بڑے پیمانے پر تیاری (Mass
Production) کا کاروبار نہیں ہے کہ سب اشیاء مجبوراً
ایک ہی ڈیزائن کی بنانا پڑیں اور نئے ڈیزائن بنانے سے
تخلیقی قوت عاجز آگئی ہو۔ اس تنوع کو قرآن مجید وجود خدا
کی دلیل کے طور پر پیش کرتا ہے۔

"اور اس کی نشانیوں میں آسمانوں اور زمین کی
پیدائش اور زبانوں اور رنگوں کا اختلاف بھی ہے۔
بے شک اس میں جاننے والوں کے لیے دلائل (توحید)
ہیں۔ (الروم۔22)

یعنی زبانوں اور رنگوں کا اختلاف اس کے وجود کی
نشانی ہے۔ دنیا میں ہزاروں سال سے کروڑہا انسان پیدا
ہو رہے ہیں۔ ہر انسان علیحدہ شکل، علیحدہ بناوٹ رنگت
لیے ہوئے ہے کسی انسان کی آواز دوسرے سے نہیں
ملتی۔ وہی گلا ہے۔ ایک ہی قسم کی کیمیائی اجزاء سے
مرکب، بناوٹ میں بھی ایک ہی ترتیب لیکن آواز ہمیشہ
مختلف، بولیاں ہیں تو مختلف، زبانیں ہیں تو مختلف، گفتگو کا
انداز ہے تو مختلف، ہر چیز نئے انداز پر، نیا حسن و رعنائی
لیے ہوئے پیدا ہوئی ہے، نئے سے نیا ڈیزائن۔ کوئی درخت
لیں، شکل میں دوسرے درخت سے نہیں ملتا۔ کوئی پھول
دوسرے پھول سے نہیں ملتا حتیٰ کہ ایک ہی پھول کی کوئی
پتی کسی دوسری پتی کی ہم شکل اور ہم صورت نہیں۔

وہ کائنات جس میں کھربوں پتوں میں سے کوئی پتا
صحیح طور پر دوسرے سے نہ ملتا ہو اور تخلیق تنوع کا
ٹھاٹھیں مارتا ہوا سمندر ہر طرف موجزن ہو، کیا خود اس
بات کی نشانی نہیں ہے کہ اس رنگا رنگ کائنات کا ایک ایسا
خالق ہے جس کی تخلیقی قوت بے حد و بے کنار ہے اور جس
کے بارے میں ہر صحیح العقل انسان یہ کہنے پر مجبور ہو۔

"پس بڑی شان والا ہے وہ اللہ جو تمام
صناعوں سے زیادہ بڑھ کر صناع ہے۔"

(المومنون۔14)

برگ درختان سبز در نظر ہوشیار
ہر ورقے دفتریست معرفت کردگار

تنوع میں نظم

حیوانات اور نباتات کے اس عظیم تنوع میں کمال
نظم وضبط بھی موجود ہے۔ ایک ماہر حیوانات رسل لوئی

ماکسٹر کے محتاط اندازے کے مطابق دولاکھ اقسام پودوں کی ہیں اور دس لاکھ اقسام حیوانات کی ہیں۔ ان دس لاکھ اقسام میں سے صرف ایک صنف ہی کو لے لیں تو اسے بھی بہت سے چھوٹے چھوٹے گروہوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے اور ہر صنف کی خصوصیات اس کے ہر فرد میں ہوں گی ایک بلی میں جو اوصاف ہیں وہ تمام دنیا کی بلیوں میں پائے جائیں گے۔

نظریہ جین

دور جدید میں جین سے متعلق تحقیقات نے تو انسان کو حیرت میں ہی ڈال دیا ہے۔ جین تمام زندہ اشیاء کے خلیوں میں موجود اور ان کے جوہری ذرات کی ان ترتیبوں پر مشتمل ہوتے ہیں جنہیں خوردبین تک سے بھی نہیں دیکھا جاسکتا۔ یہی جین اشیاء کی ساخت، ان کی صفات اور ان کی وراثتی خصوصیات کے امین ہوتے ہیں۔ یہ انتہائی چھوٹے جراثیم جنہیں ہم جین کہتے ہیں اس دنیا کی تمام انسانی، حیوانی اور نباتاتی خصوصیات کے سرچشمے ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ دنیا کے اربوں انسانوں کی انفرادی خصوصیات کے یہ بنیادی پیکر حجم میں اس قدر باریک ہیں کہ اگر ان سب کا اجتماع ممکن ہو تو ان کے لیے انگلی بھر جگہ کافی ہوسکتی ہے لیکن یہ جین اپنے انگنت اسلاف کی تمام جسمانی وراثت، ان کی ذہنی، روحانی اور نفسیاتی خصوصیات اپنے وجود میں بحفاظت برقرار رکھتے اور انہیں پروان چڑھانے کی ناقابل یقین صلاحیت رکھتے ہیں۔

مگر وہ کیا چیز ہے جو محفوظ رکھی جاتی ہے اور وراثت کی شکل میں آگے کی نسلوں کو منتقل کردی جاتی ہے....؟ وراثت سے متعلق اتنی صحیح ہدایت کس طرح اپنے اندر محفوظ رکھ لیتے ہیں....؟ ایک جین بے شمار نسلوں میں سفر کرتے ہوئے اپنی خصوصیات اور صفات کو بحفاظت برقرار رکھتا ہے اور ہر نسل میں اور ہر پیدائش کے عمل میں وہ اپنی ساخت تاریخ دہراتا چلا جاتا ہے۔

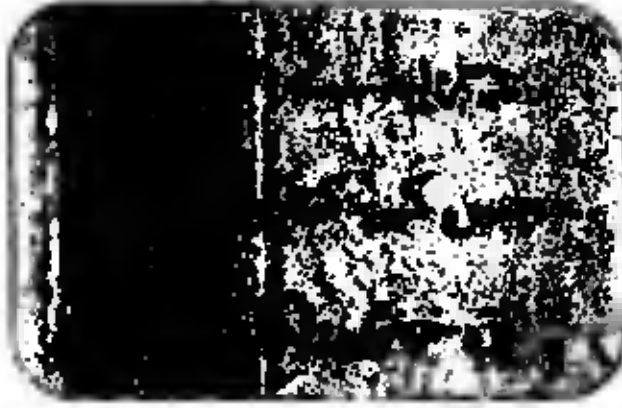
یہاں سوال پیدا ہوتا ہے کہ جین کو اتنی باریکی اور صحت کے ساتھ تخلیقی عمل پروان چڑھانے کی ہدایات کہاں سے ملتی ہیں....؟ وہ کون سی قوت ہے کہ اس کے احکام ان جین کے ذریعے خلیوں تک پوری صحت اور وفاداری سے تخلیقی جامہ پہنتے اور اپنے نتائج کی صحت اور تخلیق ثانی کی باریکیوں میں ریاضی کی باریک ترین اشکال کو آنکھیں دکھاتے ہیں۔

بے چارے ڈاروِن اور اس کے ساتھیوں کو جین سے متعلق جدید تحقیقات کا کوئی علم نہ تھا۔ یہی وجہ ہے کہ نظریہ ارتقاء سے متعلق وہ اس مقام سے آگے نہ بڑھ سکے جہاں سے دراصل ارتقاء کی کہانی شروع ہوتی ہے وہ مقام خلیے کی معرفت کا ہے اور خلیہ کی ساخت اور پھر جین کے عمل پر جب ہم غور کرتے ہیں تو ہمارا ذہن مادے کے اندھے بہرے ارتقاء کی طرف نہیں جاتا بلکہ ایک خلاق عظیم کی طرف جاتا ہے جس نے ارب ہا جینیٹک خصوصیات کو ایک مثبت، باریک اور انتہائی صحیح نظام کا پابند بنایا ہوا ہے۔ خلیوں کی ساخت اور جین کے عمل کا مطالعہ کرتے ہوئے یہ سوال بار بار ذہن میں ابھرتا ہے کہ اگر ارتقاء ایک اندھی اور اندھی بہری قوت ہی کا نام ہے تو اتنے عظیم اجتماع مخلوقات، اتنے وسیع تنوع میں اس قدر باریک اور صحیح ترین تقسیم اور نظم و ضبط کہاں سے آگیا....؟

گندم از گندم بروید جوز جو

(گندم کے بیج سے گندم ہی پیدا ہوگی اور جو کے بیج سے جو)

اور ہر گندم کا بیج اپنی خصوصیات کو اپنے جین کے ذریعے گندم کی اگلی فصل تک ٹھیک ٹھیک پہنچا دیتا ہے۔

وادی سوات کی خوبصورتی، رعنائی اور شادابی کا انحصار دریائے سوات پر ہے۔ دریائے سوات ہی کی بدولت سوات کی تمام وادیاں قدرتی حسن و جمال کا مظہر دکھائی دیتی ہیں اور اس کا ہر گوشہ سرسبز شاداب نظر آتا ہے۔ سوات کی تقریباً تمام قابل ذکر وادیاں، دریائے سوات ہی کے کنارے آباد ہیں۔ ان میں اتروڑ، گبرال، اوشو، مٹلتان، گلیشیئر، کالام، بحرین، مدین، باغ ڈھیری، خوازہ خیلہ، شین، چارباغ اور منگورہ شامل ہیں۔

دریائے سوات، وادی کالام سے لے کر ملاکنڈ کے بجلی گھر تک کا فاصلہ طے کرتا ہے، اس دوران یہ وسیع و عریض علاقے کو سیراب کر کے اس کی شادابی اور رعنائی کا باعث بنتا ہے۔

دریائے سوات اتنا ہی قدیم ہے، جتنی قدیم سوات کی خوبصورت سرزمین ہے۔ ہزاروں سال قبل تو سوات اور بھی حسین اور دلکش تھا کہ اس وقت سوات جدید دور کی مشینی آلائشوں کی دست برد سے قطعی محفوظ تھا اور نہ صرف اس کی فضائیں، پرکشش اور خوش رنگ پھولوں اور گھنے جنگلات کی وجہ سے معطر تھیں بلکہ پوری وادی سوات

میں جو ندیاں، نالے، آبشار، اور دریا تھے وہ سب ہر قسم کی آلودگی سے پاک تھے۔ دریائے سوات کے غیر معمولی طور پر پاک و شفاف نیلے پانی کی وجہ سے سکندر اعظم کے ساتھ آئے ہوئے مورخین نے اس علاقے کا ذکر اس کے دریا کی نسبت سے کیا تھا، جو اب دریائے سوات اور اس قدیم عہد میں "سواستو" کہلاتا تھا۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ لفظ سوبتا (ایس ڈبلیو اے ٹی اے) سے مشتق ہے جس کے معنی "نیلے" کے ہیں۔

مشہور چینی سیاح ہیون سانگ نے بھی یہاں کے نیلے پانی کا خصوصی ذکر کیا ہے۔ گیارہویں صدی عیسوی میں البیرونی بھی سوات کے شفاف پانی کا ذکر کرتا ہے۔ آج بھی سوات کے صاف و شفاف، چاندی کی طرح چمکتے ہوئے نیلے پانی کو دیکھا جائے تو عجیب سی مسرت محسوس ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ دریائے سوات کے قریب "نیلے اوبہ" (نیلا پانی) کے نام سے ایک بستی بھی موجود ہے۔ اس لیے وثوق سے کہا جا سکتا ہے کہ اس علاقے کے صاف و شفاف نیلے پانی کے ندی نالوں اور دریا کی وجہ سے اسے "سواستو" یا "سوبتا" پکارا گیا ہوگا جو بعد میں چل کر "سواد" اور پھر "سوات" بن گیا۔

ایک اور مشہور چینی سیاح سنگ یون، 512ء میں کافرستان (چترال) سے ہوتا ہوا سوات آیا تھا۔ اس نے اپنے سفر نامے میں دریائے سوات کا ذکر "دریائے سوتو" کے نام سے کیا ہے۔ بعض تاریخی کتب میں اس کے نام "دریائے سوتی" یا سواستوس اور "سواتاس" بھی ملتے ہیں، جو چار ہزار سال قدیم زمانے سے تعلق رکھتے ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس دریا کے نام کی مناسبت سے اس علاقے کا نام بھی "سوتی" یا "سواتی" مشہور تھا جو بعد میں "سواد" یا "سوات" میں تبدیل ہو گیا۔ تاریخی کتب میں سوات کا ایک قدیم نام "اودیانہ" بھی مذکورہ ہے جس کے معنی ہیں "باغ" یا "گلستان"۔ دریائے سوات کو سنسکرت میں "سورنی" کا نام بھی دیا گیا ہے۔

دریائے سوات کی مجموعی لمبائی "کالام" سے ضلع چارسدہ میں "نستے" تک تقریباً 210 کلومیٹر بنتی ہے۔ یہ حسین دریا اپنا سفر طے کرتے ہوئے کہیں تو جنوب کی سمت جاتا ہے اور کہیں شمال سے جنوب کی طرف بہتے ہوئے نکلتا ہے۔ وادی بحرین اور کالام کے درمیان اس کی چوڑائی 150 فٹ رہ جاتی ہے جبکہ سوات کی ایک خوبصورت وادی شنگولئی میں اور منگورہ میں فضا گٹ پارک کے قریب اس دریا کا پاٹ دو کلومیٹر تک چوڑا ہو جاتا ہے۔

دریائے سوات کو عبور کرنے کے لیے جگہ جگہ چھوٹے بڑے پل تعمیر کیے گئے ہیں۔ ان پلوں میں مضبوط اور جدید طرز کے پلوں کی تعداد سات ہے جن

میں کالام، بحرین، خوازہ خیلہ، کانجو، شموزئی (بریکوٹ) اور چکدرہ کے پل شامل ہیں۔
اب جاپان کے تعاون سے جگہ جگہ جدید "سسپنشن پل" تعمیر کیے جارہے ہیں جن میں سے ایک پل بحرین کے قریب "وزنی" کے مقام پر تعمیر کیا گیا ہے۔ دریا پر بنائے گئے رسیوں اور

لکڑی کے پل بے شمار ہیں۔ تیز بہاؤ والے علاقوں میں دریا کے اوپر مضبوط رسّی تان کر باندھ دی جاتی ہے اور دوسری طرف اسی کے ذریعہ اس کے ساتھ ڈھول نما کھٹولا باندھا جاتا ہے۔ جس کے ساتھ مخالف اور موافق دونوں سمتوں سے رسّی منسلک ہوتی ہے۔ ایک کنارے سے دوسرے کنارے کی طرف جاتے ہوئے ایک جانب کی رسّی کوئی دوسرا شخص کھینچ لیتا ہے اور کھٹولا اسی سمت چلنے لگتا ہے۔
اس قسم کے کھٹولے کو مقامی زبان میں "زانگوٹی" کہا جاتا ہے۔ دریا عبور کرنے کا یہ طریقہ خالصتاً مقامی ہونے کے ساتھ ساتھ دلچسپ اور "پرخوف" بھی ہے۔
دریا پار کرنے کا ایک ذریعہ چیئر لفٹ کی طرز پر بنائی گئی "زانگوٹیاں" بھی ہیں، جو کہ اب سے انجن کے ذریعہ دو مضبوط رسیوں سے منسلک ہوتی ہیں۔ جہاں پل نہیں ہیں، وہاں لوگ مقامی ساخت کی کشتیوں کے ذریعہ دریا عبور کرتے ہیں۔ اس قسم کی کشتی کو "جالہ" کہا جاتا ہے۔
دریائے سوات کا منبع ایک نہیں ہے بلکہ اس کے کئی منبع ہیں۔ یہ دریا دو ہندوکش کی اوٹ میں واقع "سوات کوہستان" کے علاقوں سے نکلتا ہے اور مختلف مقامات پر اس کے ساتھ ندی نالے شامل ہوتے چلے جاتے ہیں۔ اس کا ایک منبع کالام کوہستان میں "جل گے" کے مقام پر ہے۔ "جل" کوہستانی زبان میں پانی اور "گے" ندی کو کہتے ہیں۔ اس علاقے میں اسے "دریائے جل گے" کے نام سے بھی پکارا جاتا ہے۔
رنگیلا اور لنڈی دزدہ کے مقام پر دریائے سوات سے دو نہریں نکالی گئی ہیں۔ ان پر درگئی بجلی گھر اور ملاکنڈ بجلی گھر بنائے گئے ہیں، جنہیں ملک عزیز کے سب سے پرانے بجلی گھر ہونے کا اعزاز بھی حاصل ہے۔ یہ بجلی گھر کافی عرصے سے ملک کو بجلی فراہم کررہے ہیں۔
دریائے سوات اپنی قدامت کے باعث بھی تاریخ کے اوراق میں غیر معمولی اہمیت کا حامل ہے۔ اس کے کنارے دنیا کی کئی مشہور تہذیبیں پھلی پھولیں اور عروج کی منزلیں طے کرکے زوال پزیر ہوئیں۔
سوات میں بدھ مت کے دور عروج میں اس کے کنارے سینکڑوں، ہزاروں خانقاہیں اور بدھ مت کے

علمی مراکز قائم تھے جن میں بدھ مت کے لاکھوں طالب علموں کو علم کے زیور سے آراستہ کیا جاتا تھا۔ ان بدھ خانقاہوں اور عبادت خانوں کا ذکر مشہور چینی سیاحوں نے بھی اپنے سفرناموں میں کیا ہے۔ چینی سیاح سنگ یون نے دریائے سوات کا ذکر کرتے ہوئے لکھا ہے۔

"رات کے وقت خانقاہوں میں اتنی کثرت سے گھنٹیاں بج اٹھتی ہیں کہ تمام فضا گونج اٹھتی ہے۔ "دریائے سونو" (دریائے سوات) کے کنارے بہت سی خانقاہیں آباد ہیں۔ سوات سرسبز و شاداب علاقہ ہے اور یہاں کے باشندوں کا گزارہ کھیتی باڑی پر ہے۔"

اس ذکر سے واضح ہوتا ہے کہ دریائے سوات کتنا قدیم ہے۔ اس کا مختلف مذہبوں اور تہذیبوں سے کتنا گہرا تعلق رہا ہے۔ اس دریا کے سبب یہ علاقہ قدیم زمانے سے ہی سرسبز و شاداب اور زرخیز چلا آرہا ہے۔

دریائے سوات انسانوں کے لیے طرح طرح کی نعمتیں لے کر آتا ہے۔ اس کے پانی سے متعدد فصلیں سیراب ہوتی ہیں جن میں مکئی، دھان اور گندم شامل ہیں۔ کئی طرح کی سبزیاں مثلاً آلو، مٹر، شاجم، گوبھی، ٹماٹر اور سرسوں اس دریا کی بدولت انسان کو نصیب ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ متعدد خوش ذائقہ پھل مثلاً خوبانی، آلوچہ، چیری، اسٹرابیری، لوکاٹ، سیب، ناشپاتی، مالٹا، انگور، اخروٹ، شفتالو اور جاپانی الوک کے درختوں کے لیے حیات بخش پانی، دریائے سوات ہی لے کر آتا ہے۔ دریائے سوات کے کنارے گلاب، گل نرگس، غانٹول، بنفشہ، پھلواری، ریحان اور دیگر طرح طرح کے خوشبودار اور دھنک رنگ پھول بھی کھلتے ہیں جو حسین سرزمین سوات کے حسن کو مزید رعنائی عطا کرتے ہیں۔

قدرت نے دریائے سوات میں جو مچھلیاں پیدا کی ہیں، ان میں ٹراؤٹ مچھلی سب سے زیادہ مشہور ہے۔ اس کے علاوہ مہاشیر مچھلی اور سواتی مچھلی بھی پائی جاتی ہے۔ ٹراؤٹ مچھلی نہایت سرد پانی میں ملتی ہے۔ اس کا ذائقہ بہت لذیذ اور بے مثال ہے۔

موجودہ دور کے ایک مشہور پشتو شاعر نصر اللہ خان نصر (مرحوم) کی ایک پشتو نظم کے چند اشعار کا درج ذیل ترجمہ سوات اور دریائے سوات کی تاریخی عظمت، قدامت اور دریائے سوات کے کنارے جنم لینے والی تہذیبوں اور تمدنوں کے متعلق کتنی خوبصورت منظر کشی کرتا ہے۔

سرزمین سوات تیری منفرد اک شان ہے
تیرا ذرہ ذرہ ہے تاریخ، تہذیبوں کا گھر
تیرے دامن میں ہے کھولی کتنی تہذیبوں نے آنکھ
تیرے ہر منظر میں جنت کی بہاریں جلوہ گر
تیری وادی میں دراوڑ بھی رہے، منگول بھی
آریاؤں کو ہے لایا حسن تیرا کھینچ کر

بچوں کا
وجاہت ڈائجسٹ
ایمن فیصل
زوریہ
انوشہ ناصر خان
جویریہ دانش

مکھن چور

محمد ارحم۔ کراچی

بہت دن گزرے جنگل کے سب جانور اکٹھے رہا کرتے تھے۔ سب ایک ہی تھالی میں کھانا کھاتے، ایک ہی چشمے میں پانی پیتے، گرمیوں میں مل جل کر کام کرتے اور سردیوں میں ایک ہی غار میں آرام کرتے۔

ان دنوں سب جانوروں کو مکھن کھانے کا بڑا شوق تھا۔ وہ سب مل کر رہتے تھے چنانچہ ان کے مکھن کا ذخیرہ بھی ایک ہی تھا۔ جب کسی کو ضرورت ہوتی تو وہ تھوڑا سا مکھن نکال کر کھالیتا۔

ایک دن انہوں نے دیکھا کہ کسی نے بہت سا مکھن چرا لیا ہے۔ اب تو سب جانوروں کو بڑی تشویش ہوئی۔ انہوں نے فیصلہ کیا کہ ہر روز ایک جانور ساری رات جاگ کر پہرا دے۔ پہلی باری ریچھ کی آئی۔ وہ مرتبان کے سامنے بیٹھ گیا۔ بیٹھے بیٹھے ریچھ کی ٹانگیں درد کرنے لگیں۔ رات کے پچھلے پہر باہر سرگوشی کی آواز سنائی دی۔ ریچھ کے کان کھڑے ہو گئے۔ کوئی آہستہ آہستہ کہہ رہا تھا، "بیری کے درخت والے چھتے میں سوراخ ہو گیا ہے۔ سارا شہد بہا جا رہا ہے۔ بھیا ریچھ ہوتے تو انہیں بتا دیتا۔"

ریچھ شہد کھانے کا بڑا شوقین تھا۔ وہ اپنی ڈیوٹی بھول بھال کر باہر کی طرف دوڑا۔ اُدھر خرگوش اندر آیا اور مکھن کا مرتبان نکال کر جی بھر کے مکھن کھایا اور ریچھ کے آنے سے پہلے باہر چلا گیا۔ بے چارا ریچھ ناکام واپس لوٹا۔

اگلی صبح جانوروں نے مکھن کم پایا تو انہوں نے ریچھ کو بہت برا بھلا کہا اور سزا کے طور پر سال بھر کے لیے اس کا مکھن بند کر دیا۔

اگلے دن کتے کی باری تھی۔ وہ دن بھر پہرا دیتے دیتے تھک گیا۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ اس نے کتے کو زور سے سلام کیا، "ہیلو بھیا بھوں بھوں! کیسے مزاج ہیں....؟"

کتا بولا، "صبح سے بیٹھے بیٹھے تنگ آ گیا ہوں۔"

خرگوش بولا، "تو آؤ ذرا دوڑ لگائیں۔"

کتا دوڑنے کا بہت شوقین تھا۔ جھٹ تیار ہو گیا۔ خرگوش نے کہا، "میں گھاس میں دوڑتا ہوا لمبا چکر کاٹ کر پل تک جاتا ہوں، تم سڑک سڑک جاؤ، دیکھیں پہلے کون ہاتھ لگا کر واپس لوٹتا ہے۔"

کتا مان گیا۔ دوڑ شروع

ہوئی۔ خرگوش گھاس میں کچھ دور دوڑا، پھر دبک کر بیٹھ گیا۔

جب کتا کافی دور نکل گیا، تب وہ اطمینان سے باہر نکلا اور اس نے گودام میں جا کر جی بھر کے مکھن کھایا اور پھر گھاس میں چھپ گیا۔

اتنے میں کتا دوڑ لگا کر واپس آ گیا۔ اس نے ہانپتے ہوئے آواز دی، ''اے خرگوش بھیا! کہاں ہو تم....؟''

خرگوش نے گھاس سے سر نکالا اور جھوٹ موٹ ہانپتا ہوا باہر آیا اور کتے سے ہاتھ ملا کر گھر کو چل دیا۔

اگلے دن بے چارا کتا بھی سال بھر کے لیے مکھن سے محروم کر دیا گیا۔

اب بھیڑیے کی باری تھی۔ وہ بھی دن بھر مرتبان سامنے رکھ کر بیٹھا رہا۔ رات کو خرگوش پھر آیا۔

اس نے بھیڑیے کو گدگداتے ہوئے کہا، ''کتنے چور پکڑ لیے ہیں بھیڑیے بھیا....؟''

بھیڑیا گدگدی کے مارے ہنسنے لگا۔ خرگوش نے اور زیادہ گدگداتے ہوئے کہا، ''اتنا نہیں ہنسا کرتے بھیڑیے بھیا!''

بھیڑیا اور زور زور سے ہنسنے لگا۔ اسے گدگدی بہت ہوتی تھی۔ خرگوش نے ننھے ہاتھوں سے گدگداتے ہوئے کہا، ''جو زیادہ ہنستا ہے، وہی زیادہ روتا بھی ہے۔''

بھیڑیا ہنستے ہنستے اپنی کرسی سے لڑھک گیا اور زمین پر لوٹنے پوٹنے لگا۔ خرگوش نے اسے کرسی پر بٹھایا اور گرد جھاڑنے کے بہانے اس کی آہستہ آہستہ مالش کرنے لگا۔

بھیڑیا سو گیا۔ تب خرگوش اندر گیا۔ اس نے جی بھر کے مکھن کھایا اور اپنے گھر کی راہ لی۔

اگلے دن بھیڑیے کا بھی وہی حشر ہوا۔ سال بھر کے لیے مکھن بند!

اب لومڑ کی باری تھی۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔

''اوہو! آج لومڑ بھیا کی باری ہے۔'' خرگوش نے کہا، ''کتنے چور پکڑ لیے ہیں بھیا جی....؟''

لومڑ نے بیزاری سے کہا، ''صبح سے بیٹھے بیٹھے تنگ آ گیا ہوں۔''

خرگوش بولا، ''تو آؤ آنکھ مچولی کھیلیں۔''

''اور اگر چور آ گیا تب....؟''

خرگوش بولا، ''ہم دونوں اس کا بھرتا بنا دیں گے۔''

لومڑ مان گیا۔ دونوں درختوں کے پیچھے آنکھ مچولی کھیلتے رہے۔

کچھ ہی دیر میں لومڑ اتنا تھک گیا کہ وہ آرام کرنے زمین پر لیٹا اور لیٹتے ہی سو گیا۔

اگلے دن اس کو بھی سزا ملی۔ سال بھر تک مکھن بند۔

لومڑ ذرا ہوشیار جانور تھا۔ اس نے اپنا شبہ خرگوش پر ظاہر کیا۔ اب تو سب جانور باری باری اپنی آپ بیتی بیان کرنے لگے۔ سب کو یقین ہو گیا کہ خرگوش چالاکی سے مکھن چرا لیتا ہے۔ سب جانوروں نے اس مرتبہ جنگل کے جاسوس بندر کو چور پکڑنے کے لیے مقرر کیا۔

بندر مکھن کا مرتبان چھپا کر کرسی پر آلتی پالتی مار کر بیٹھ گیا۔

رات کو خرگوش آیا، ''ہیلو بھیا بندرا کیسے

مزاج کیسا ہے....؟"

"خیریت ہے۔" بندر نے لاپروائی سے جواب دیا۔ "سر درد اور زکام ہے۔"

"تو آیئے سیر کو چلیں۔" خرگوش بولا۔

"نہیں بھیا! بالکل موڈ نہیں ہے۔" بندر لاپروائی سے بولا۔

"آنکھ مچولی بھی نہیں کھیلو گے....؟" خرگوش نے اشتیاق سے پوچھا۔

بندر بولا، "نہیں، مجھے بچوں کے کھیل پسند نہیں آتے۔"

خرگوش نے حیرانی سے پوچھا، "تو پھر کونسا کھیل پسند ہے تمہیں....؟"

بندر بولا، "رسّا کشی۔"

خرگوش مان گیا۔ بندر نے جھٹ پٹ خرگوش کی دُم سے رسّا باندھا۔ اس کا دوسرا سرا درخت سے باندھ کر بولا، "کھینچیے رسّا۔"

اب خرگوش رسّا کھینچنے میں مصروف رہا۔ اُدھر بندر سب جانوروں کو بلا لایا۔

خرگوش انہیں آتے دیکھ کر چونکا ہوا اور ساری بات بھانپ گیا۔ اس نے دُم چھڑانے کی کوشش کی لیکن کامیاب نہ ہو سکا۔

بے چارا خرگوش پکڑا ہی گیا، جانوروں نے سزا کے طور پر اس کی دُم کاٹ ڈالی اور اس کے کانوں کو زور زور سے کھینچا۔

کہتے ہیں میاں خرگوش کے کان اس روز سے ہی لمبے ہیں اور اسی دن سے خرگوش جنگل کے جانوروں سے علیحدہ رہتا ہے۔

❖

علم کا پیاسا

ندی کے کنارے پہ بیٹھا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا
جہالت کی مجھ کو سزا ہے ملی
کہ کھلتی نہیں میرے دل کی کلی
دکھوں کا اثر دل ہے سہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

یہ سرسبز میداں، حسیں وادیاں
ہیں پھولوں سے لبریز شاہ زادیاں
ہے دریا بھی دو رویہ بہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

میں پڑھنے سے بھاگا تھا اسکول سے
یہ غلطی میری ہوئی بھول سے
سمندر بنوں گا میں بہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

میں اپنے وطن کا سہارا بنوں
میں ملت کی آنکھوں کا تارا بنوں
چمن میں کھلوں پھول مہکا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

(مرسلہ: عروسہ ناز۔ اسلام آباد)

تصویر دیکھ کر سامنے دیے گئے خانوں میں کا اس تصویر کا ہو بہو عکس بنائیں۔۔۔

رنگ بھریں

شہزادی ببل گم تک پہنچنے میں "فن" اور جیک کی مدد کریں۔

مصوّر بنیں

مسکرائیے....

☺...ماں (بچی سے): منی! تم کیوں رو رہی ہو....؟
منی: ابو جان دیوار میں کیل ٹھونک رہے تھے کہ ہتھوڑی ان کے ہاتھ سے چھوٹ کر پاؤں پر گر گئی۔
ماں: تو اس میں رونے کی کیا بات ہے....؟ ایسی باتوں پر ہنس دیا کرتے ہیں۔
منی: (روتے ہوئے): میں ہنسی ہی تو تھی۔
(مرسلہ: جمیلہ احمد۔ کراچی)

☺...مالی (آم کے درخت پر چڑھتے ہوئے لڑکے سے): فوراً نیچے اتر آؤ ورنہ ابھی جاکر تمہارے ابو سے شکایت کرتا ہوں۔
لڑکا: کہیں جانے کی ضرورت نہیں۔ ابو ساتھ والے درخت پر چڑھے ہوئے ہیں۔
(مرسلہ: مصباح شیخ۔ کراچی)

☺...سپاہی (سائیکل سوار سے): رک جاؤ تمہاری سائیکل کی بتی نہیں ہے۔
سائیکل سوار: جناب! آگے سے ہٹ جائیں۔ اس کی بریک بھی نہیں ہے۔
(مرسلہ: محمد حیدر شاہد۔ راولپنڈی)

☺...کسی شہر میں بہت بارشیں ہوئیں اور سیلاب آگیا۔ بڑے بھائی نے احتیاطاً اپنے چھوٹے بھائی کو دوسرے شہر خالہ کے گھر بھیج دیا اور ساتھ ہی ایک خط لکھا کہ "ہمارے شہر میں سیلاب آگیا ہے۔ چھوٹے بھائی کو آپ کے گھر بھیج رہا ہوں۔"
ایک ہفتے بعد بڑے بھائی کو خالہ کا خط ملا "سیلاب کو میرے پاس بھیج دو اور اپنے چھوٹے بھائی کو واپس بلالو۔"
(مرسلہ: نیہا جبار۔ کراچی)

☺... چوہا (ہاتھی سے): تمہاری عمر کیا ہے....؟
ہاتھی: دو سال... اور تمہاری....؟
چوہا: عمر تو میری بھی دو سال ہی ہے لیکن ذرا بیمار رہتا ہوں۔
(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)

☺... شاگرد (استاد سے): کیا آپ اس بچے کو سزا دیں گے جس نے کچھ نہ کیا ہو....؟
استاد: بالکل نہیں۔
شاگرد: میں نے آپ کا دیا ہوا ہوم ورک نہیں کیا۔
(مرسلہ: طوبیٰ دانش۔ کراچی)

☺... ایک مصور (اپنے دوست سے): میری اس تصویر کا عنوان "گائے اور گھاس" ہے۔
دوست: مگر تصویر تو بالکل خالی ہے۔
مصور: گائے گھاس کھا کر آگے جاچکی ہے۔
(مرسلہ: محمد اصغر۔ لاہور)

☺... مریض: ڈاکٹر صاحب! مجھے بھوک نہیں لگتی۔
ڈاکٹر: تو اپنا کھانا مجھے دے جایا کرو۔
(مرسلہ: زینب رضا۔ کراچی)

☺... گڈو روتا ہوا گھر آیا تو ماں نے پوچھا: بیٹے کیوں رو رہے ہو....؟
گڈو: ماسٹر صاحب نے مارا ہے۔
ماں: کیوں مارا ہے انہوں نے....؟
گڈو: ماسٹر صاحب کی کرسی پر روشنائی گری ہوئی تھی، وہ بیٹھنے لگے تو میں نے سوچا ان کے کپڑے خراب ہو جائیں گے، بس میں نے پیچھے سے کرسی کھینچ لی۔
(مرسلہ: وحید احمد۔ لاہور)

اکیسویں روحانی ورکشاپ

اللہ کے دوست کس طرح سوچتے ہیں...؟؟

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم برخیا، قلندر بابا اولیاءؒ کے چھتیسویں یوم وصال کے موقع پر قلندر شعور فاؤنڈیشن کے زیر اہتمام روحانی ورکشاپ بعنوان "اللہ کے دوست کس طرح سوچتے ہیں" 26 جنوری 2015ء مرکزی مراقبہ ہال، کراچی میں منعقد ہوئی۔ جس میں شریک خواتین و حضرات نے تبادلہ خیال کیا۔ اس موقع پر سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے ورکشاپ کا وزٹ کیا، مختلف گروپوں میں جا کر مذاکرہ کو سنا اور شرکاء ورکشاپ نے انہماک اور ذوق و شوق کے ساتھ نکات پر غور و فکر اور ڈسکشن کو سراہا...

اس بین الاقوامی روحانی تربیتی ورکشاپ کے مہمان اعزازی وفاقی اردو یونیورسٹی کے وائس چانسلر ڈاکٹر ظفر اقبال نے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ "اگر کسی معاشرہ میں احترام انسانیت نہ رہے تو وہاں بربریت، دہشت گردی اور وحشت پروان چڑھتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ تصوف کی تعلیمات احترام انسانیت کا درس دیتی ہیں۔ اولیاء اللہ انسان کو درپیش بنیادی سوالات کے جوابات پر اس دائرے میں رہ کر دیتے ہیں"۔ انہوں نے کہا کہ جہاں تصوف قرآنی تعلیمات سے مطابقت ہو وہاں توازن ہمیشہ برقرار رہے گا۔ صوفیانہ تعلیمات کو بھی جامعات کے دائروں میں لایا جانا چاہیے۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کے تعلیمی نظام کو اردو یونیورسٹی سے ملحق کرنے کا اعلان کیا۔

صدر قلندر شعور فاؤنڈیشن، ورکشاپ کے آرگنائزر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے اپنے خطاب میں کہا کہ "تصوف کی تعلیمات انسان کو زندگی کے مقصد اور دینی اخلاقیات کی حقیقتوں سے آگاہ کرتی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات کا منبع قرآن و سنت اور اولیاء اللہ کی تعلیمات ہیں۔ سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ خواجہ شمس الدین عظیمی کا پیغام ہے کہ آدم کی اولاد آپس میں اتفاق اور احترام کے ساتھ رہے۔"

عام طور پر چھ سات سال کے بچوں کی عمریں یاد رہتی ہیں، ابھی آپ آنکھیں بند کر کے کوئی بھی آٹھ دس سال کی عمر کی بات سوچیے، آپ کو اُس عمر کی کوئی بات یاد آتی ہے۔ آپ نے محفل دومنٹ کے لیے غور کیا اور زندگی کا ریکارڈ آپ کے سامنے آ گیا، اور زیادہ دیر کرتے تو اور بھی یاد آجاتا۔ اب وہ جو آپ نے اللہ کو کہا تھا کہ قالوا بلیٰ جی ہاں آپ ہمارے رب ہیں۔ وہ کیوں نہیں دیکھ سکتے ؟....

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان اگر چاہے تو وہ چیزیں جو ازل میں دیکھ چکا ہے۔ جو اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر کے سجدہ کرچکا ہے، اگر وہ اس پر کنسنٹریشن کرلے، تو وہ اس عالم کو بالکل اسی طرح دیکھ لیتا ہے جس طرح وہ اپنا بچپن دیکھ لیتا ہے۔ "

قبل ازیں قاری صاحبزادہ محمود حسین نے قرآنی آیات کی تلاوت کی۔ نعت رسول مقبول ﷺ معروف نعت خواں سید اسد ایوب نے پیش کی۔ انیس حجازی نے حضرت قلندر بابا اولیاءؒ کی شان میں منقبت پڑھی۔ سلسلۂ عظیمیہ کے ان دوستوں کے لیے جو گزشتہ سال اس دنیا سے رخصت ہوگئے، دعائے مغفرت کی گئی۔ محفل کے اختتام پر نبیٔ آخر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں ہدیہ صلوٰۃ والسلام پیش کیا گیا اور ملک میں امن و امان کی صورتحال میں بہتری کے لیے، ملک کی سلامتی و خوشحالی کے لیے دعائیں مانگی گئیں۔

اس تقریب میں پاکستان کے مختلف شہروں کے علاوہ امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، ہالینڈ، روس، آسٹریلیا، انڈونیشیا، متحدہ عرب امارات اور بحرین سے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے ہزاروں افراد نے شرکت کی۔ تقریب کی نظامت کے فرائض احتشام الحق نے سرانجام دیے۔

سلسلۂ عظیمیہ کے کارکنان نے زائرین کو سہولتوں کی فراہمی کے لیے بہت اچھے انتظامات کیے تھے۔ باہر سے آنے والے زائرین نے ان انتظامات کو سراہا اور عظیمی کارکنان کی بہت تعریف کی۔

ورکشاپ اور عرس کے انتظامات کے لیے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی گزشتہ کئی سال سے مختلف کمیٹیاں قائم کرتے ہیں۔ یہ کمیٹیاں کوارڈی نیشن کمیٹی اور ورکنگ کمیٹیاں کہلاتی ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان انتہائی عقیدت اور احترام سے قلندر بابا اولیاءؒ کے عرس کے زائرین کی مہمان نوازی اور دیگر خدمات سرانجام دیتے ہیں۔

رپورٹ: آصف کامران   تصاویر: رحمٰن اللہ

افق کے کالم میں اشاعت کے لیے رپورٹس ارسال کرنے والے خواتین و حضرات سے درخواست ہے کہ تقریب کے انعقاد کے فوراً بعد رپورٹ ارسال کر دیا کریں، نیز روحانی ڈائجسٹ میں شائع شدہ رپورٹس کا مطالعہ کریں اور اسی انداز کو مدنظر رکھ کر خوشخط تحریر میں ایک سطر چھوڑ کر صفحہ کے ایک جانب لکھ کر ارسال کریں۔ مقررین کی تصاویر کی پشت پر بال پوائنٹ سے اُن کے نام ضرور تحریر کریں۔ رپورٹس کی اشاعت ان کی اہمیت اور نوعیت کی بنیاد پر کی جاتی ہے۔ دیر سے موصول ہونے والی، بے ترتیب اور غیر واضح رپورٹس شائع نہیں کی جاسکیں گی۔ (ادارہ)

روحانی ورکشاپ کے پوزیشن ہولڈرز کا ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے ساتھ گروپ فوٹو

ورکشاپ آبزرورز ٹیم کے کے مرتب کردہ نتائج کے مطابق اجتماعی کارکردگی پر راولپنڈی کے ڈاکٹر ساجد غوث اوّل، حیدر آباد کی کنیز فاطمہ اور لاہور کے ارشاد علی خان دوم، جبکہ کراچی کی منزہ اظہر اور لندن کے صفدر علی کو سوم قرار دیا گیا۔ پوزیشن حاصل کرنے والے گروپس کو کتابوں کے تحائف پیش کیے گئے۔ ورکشاپ میں شامل غیر ملکی مندوبین کے گروپس میں سے اوّل پوزیشن صدف جیلانی (کینیڈا) نے حاصل کی۔ ورکشاپ میں 16 سال سے کم عمر بچوں کے چار خصوصی گروپ بھی شامل تھے۔ اس گروپ کے لیے خصوصی لٹریچر اور ایکٹیویٹیز تیار کی گئیں۔ بچوں کے گروپس میں سے اول پوزیشن حاصل کرنے والے گروپ کی کوآرڈینیٹر اقراء شیر محمد (کراچی) تھیں۔ ورکشاپ کے اختتام پر شرکائے ورکشاپ کو قلندر شعور فاؤنڈیشن کی جانب سے فاؤنڈیشن کے سرپرست جناب خواجہ شمس الدین عظیمی، فاؤنڈیشن کے صدر ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی اور جنرل سیکریٹری ڈاکٹر جاوید سمیع کے دستخطوں سے جاری کردہ یادگاری سند دی گئی۔

اولاد کی والد سے شکایتیں

☆☆☆

سوال: محترم وقار عظیمی صاحب....! میں آج بہت مجبور ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

میں تین بھائیوں کی اکلوتی بہن ہوں۔ دو بھائی مجھ سے بڑے ہیں اور ایک بھائی مجھ سے چھوٹا ہے۔

بڑے بھائی نے پانچ سال پہلے انٹر کے بعد پڑھائی کو خیر آباد کہہ دیا اور کاروبار کرنے کی خواہش ظاہر کی لیکن والد صاحب نے کہا کہ تمہیں کام کا کوئی تجربہ نہیں ہے اس لیے تمہیں پیسے نہیں دیے جاسکتے۔

والد صاحب کی بے توجہی کے سبب اب بڑے بھائی زیادہ تر وقت گھر سے باہر رہنے لگے ہیں۔ راتوں کو ٹی وی پر فلمیں دیکھنا معمول بن گیا۔ گھر کا کوئی کام نہیں کرتے۔ سارا دن سوتے رہتے ہیں اور نیند پوری کر کے باہر چلے جاتے ہیں۔

ہمارے والد صاحب وکیل ہیں۔ ان کی محلے میں بہت عزت ہے۔ وہ صبح نکلتے ہیں اور رات کو گھر آتے ہیں اس وجہ سے وہ گھر کے کئی معاملات سے واقف نہیں ہیں۔ دوسرے لوگوں کے کام اور سفارش بھی بہت شوق سے کرتے ہیں۔ کئی لوگوں کے مقدمے مفت لڑتے ہیں لیکن اپنے گھر والوں کے لیے ان کے پاس وقت نہیں ہے۔ شہر میں بڑے پیمانے پر ان کے تعلقات بھی ہیں۔ والدہ صاحبہ کہتی ہیں کہ کسی سے بات کر کے بیٹے کو سیٹ کروادیں تو کہتے ہیں کہ کسی نے میری بات نہ سنی تو میری عزت خراب ہوگی۔

دوسرے بڑے بھائی نے انٹر کیا تو والدہ نے والد سے کہا کہ اسے کمپیوٹر کا اچھا والا کورس کروادیں لیکن والد صاحب نے یہ کہہ کر انکار کردیا کہ وہ یہ افورڈ نہیں کرسکتے۔

میں نے انٹر کرلیا اور آگے پڑھنا چاہا تو مجھے گھر بٹھالیا کہ لڑکیوں کو زیادہ پڑھنے کی کیا ضرورت ہے۔

چھوٹے بھائی کا پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ بڑی مشکل سے پاس ہوتا ہے۔ اسے کرکٹ کھیلنے کا بہت شوق

ہے۔ والدہ کہتی ہیں کہ اسے کسی اچھے کرکٹ کلب میں شامل کروادیں لیکن ہمارے والد اس بات پر دھیان نہیں دیتے۔

ڈاکٹر وقار صاحب! میرے والد دل کے برے نہیں ہیں لیکن ان کی لاپروائیوں نے ہم لوگوں کو برباد کر دیا ہے۔ دونوں بڑے بھائی بے روزگار ہیں۔ والدہ ہروقت بیمار رہنے لگی ہیں۔ میں اپنے بھائیوں کو اعلیٰ مقام پر دیکھنا چاہتی ہوں لیکن ان حالات میں تو ان کا کوئی مستقبل نظر نہیں آتا۔

والد صاحب کو دوستوں اور Clients کا بہت خیال ہے لیکن گھر والوں کا کوئی خیال نہیں۔

جواب: آپ کے گھریلو ابتری کی واحد وجہ آپ کے والد کی دفتری مصروفیات نہیں ہیں بلکہ ان کے ساتھ آپ لوگوں کا شکایتی رویہ بھی ہے۔ دراصل آپ نے یہ طے کرلیا ہے کہ آپ کے والد آپ لوگوں کے حقوق ادا نہیں کر رہے۔ آپ کی والدہ بھی آپ بہن بھائیوں کے اس خیال کو تقویت پہنچاتی ہوں گی۔

آپ کو اس بات کا تو بہت دکھ ہے کہ والد صاحب نے آپ کے بھائی کو کاروبار کے لیے رقم نہیں دی یا دوسرے بھائی کے لیے سفارش نہیں کی۔ آپ خود ہی بتایئے کہ نازوں پلے نوجوان لڑکے کو تربیت اور نگرانی کے بغیر ایک بڑی رقم تھما دینا کہاں کی عقلمندی ہوتی۔ اگر آپ کے بھائی میں صلاحیتیں ہوتیں تو وہ کسی جگہ کام کر کے اپنا مقام خود منوانے کی کوشش کرتا لیکن اس نے تو گھر کے عام سے کام کاج میں بھی اپنا حصہ نہ ڈالا۔ یہی حال آپ کے دوسرے اور تیسرے بھائی کا بھی محسوس ہوتا ہے۔

آپ اپنی والدہ کے ساتھ مل کر گھر میں ادب اور احترام کی فضا قائم کرنے کی کوشش کیجیے۔

اپنی والدہ کو سمجھایئے کہ وہ آپ کے والد کے سامنے اپنے پوائنٹ اسکورنگ کا رویہ ترک کردیں۔

آپ اپنے والد کا احترام کیجیے۔ ہفتے میں ایک دو دن ان کے ساتھ بیٹھ کر ان کی دلچسپی کی باتیں کیجیے۔ ان کی پسند کے کھانے بنوایئے اور ان کے لیے کوئی تحفہ بھی بازار سے خرید کر لایئے۔

لڑکوں میں کشش

☆☆☆

سوال: میں سات بہنوں کا اکلوتا بھائی ہوں اور سب سے چھوٹا ہوں۔ اب میری عمر تیس سال ہوگئی ہے۔ میں بچپن سے ہی اپنی بہنوں کے ساتھ رہا۔ ان کے ساتھ کھیلتا تھا۔ اکثر بہنوں کے کپڑے پہن لیتا تھا اور باتیں بھی ان ہی کی طرح کرتا تھا۔

جب تھوڑا بڑا ہوا تو مجھے سمجھایا گیا کہ تم لڑکے ہو۔ لڑکوں کی طرح بی ہیو کرنا سیکھو۔ مجھے بچپن سے ہی لڑکیوں کی طرح چلنے، بولنے کی ایسی عادت پڑگئی ہے کہ باوجود بہت کوشش کے میرے ذہن سے لڑکیوں والی عادت ختم نہیں ہوئی۔

اسکول، کالج میں بھی ان عادتوں کی وجہ سے دوستوں نے میرے مختلف نام رکھے ہوئے تھے۔ جب سے بالغ ہوا ہوں تو خوبصورت لڑکے مجھے بہت اچھے لگنے لگے ہیں۔ لڑکیوں میں مجھے کشش محسوس نہیں ہوتی۔

سب بہنوں کی شادیاں کرنے کے بعد اب والدہ کو میری شادی کی فکر لگی ہوئی ہے۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ مجھے لڑکیوں میں کوئی دلچسپی محسوس نہیں ہوتی۔

میں اپنی کیفیات کسی دوست سے شیئر کروں تو میری بات مذاق کی نذر ہو جاتی ہے۔

جواب: آپ کو نفسیاتی مدد اور تحلیل نفسی کے

ذریعے اپنی سوچ میں بنیادی تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔

جب تک آپ کی خواہشات فطری انداز اختیار نہیں کرلیتیں اس وقت تک آپ کو شادی نہیں کرنا چاہیے۔ موجودہ صورتحال میں آپ کا شادی کرنا آپ کے ساتھ اور ایک لڑکی کے ساتھ شدید زیادتی ہوگی۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورۂ نساء آیت 34 کا ابتدائی حصہ

الرِّجَالُ قَوّٰمُوْنَ عَلَى النِّسَآءِ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کردیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

رات اچھے قسم کے پانچ چھوہارے ایک کپ دودھ میں رکھ دیں۔ صبح دودھ چھوہاروں کے ساتھ گرم کرکے اور چھوہارے کھا کر دودھ پی لیں۔ یہ عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الٰہی

یَا قَوِیُّ کا ورد کریں۔

آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر چاہیں تو کسی روز مطب میں آکر بالمشافہ ملاقات کرلیں۔

جوائنٹ فیملی سسٹم

☆☆☆

سوال: میری شادی کو سترہ سال ہوگئے ہیں۔ میرے چار بچے ہیں۔ ہم جوائنٹ فیملی سسٹم میں رہتے ہیں۔

محترم ڈاکٹر صاحب.. آپ کی تحریروں سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ جوائنٹ فیملی سسٹم کو بہت اچھا سمجھتے ہیں۔ آپ دانش ور ہیں، بہت تجربہ کار ہیں اس لیے آپ کی بات سے اختلاف کرنا مناسب نہیں مگر میں اپنے ذاتی تجربے کی بنیاد پر کہوں گی کہ جوائنٹ فیملی سسٹم میں اچھائیاں کم اور خامیاں زیادہ ہیں۔

اس سسٹم کی سب سے بڑی خامی یہ ہے کہ یہ فیملی میں نئی شامل ہونے والی عورت کو بہت زیادہ دبا کر رکھتا ہے۔ جوائنٹ فیملی سسٹم میں آنے والی بہو کو نہ صرف ساس اور سسر بلکہ اکثر تو جیٹھ، نند اور کہیں تو دیور کا بھی پابند ہو کر رہنا پڑتا ہے۔

میرے شوہر اپنے چھ بہن بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ یہ اپنے والد کا بہت زیادہ ادب کرتے ہیں اور یہ

بہت اچھی بات ہے۔ سب اولاد کو اپنے والدین کا ادب کرنا چاہیے۔

میرے شوہر اپنے بڑے بھائیوں اور بڑی بہن کا بھی بہت زیادہ ادب کرتے ہیں۔ بڑے بہن بھائیوں کا احترام کرنا بھی یقیناً اچھی بات ہے لیکن دونوں بڑے بھائی بھی انہیں بہت زیادہ دبا کر رکھتے ہیں۔

جوائنٹ فیملی کے ساتھ ساتھ کاروبار بھی مشترکہ ہے۔ کاروبار میرے سسر کا ہے انہوں نے اپنے سب بیٹوں کو اپنے ساتھ کام پر لگایا ہوا ہے۔ میرے دونوں جیٹھ اپنے والد کے ساتھ کام کرتے ہوئے اپنے اپنے انفرادی کاروبار بھی جما چکے ہیں۔ ان کے والد نے انہیں تو کچھ نہیں کہا۔ میرے شوہر اپنے لیے کچھ سوچیں تو ان کے والد سخت ناراض ہوجاتے ہیں اور انہیں علیحدہ کسی کام کی بالکل بھی اجازت نہیں دیتے۔ کہتے ہیں کہ تجھ میں صلاحیت نہیں ہے۔

تین سال پہلے میرے ایک دیور کی شادی ہوئی۔ اس کے بعد سے میرے سسر کا رویہ ہمارے ساتھ بہت زیادہ غصہ والا ہوگیا۔ وہ بات بات پر میرے شوہر پر احسان جتاتے رہتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ میں نے تمہارے اوپر بہت پیسہ خرچ کیا ہے، تم میاں بیوی بہت فضول خرچ ہو۔ اب میں تمہیں کچھ نہیں دیا کروں گا، تم اپنے بچوں کے اسکول تبدیل کرواؤ۔

ہم ان سے کچھ عرض کرنے کی کوشش کریں تو غصے میں بے قابو ہوجاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ تم میرے ساتھ ٹھیک طرح نہ چلے تو میں تم لوگوں کو مزا چکھادوں گا۔ تم کہیں کے نہ رہو گے۔

جواب: آپ کو درپیش مسئلے کے کئی پہلو ہیں۔ یہ مسئلہ صرف جوائنٹ فیملی سسٹم کی وجہ سے نہیں ہوا ہے، اس مسئلہ میں آپ کے شوہر کی جانب سے کام میں بھرپور دلچسپی نہ لینا، بزنس کے حوالے سے عدم فعالیت، والد صاحب پر مالی لحاظ سے بہت زیادہ انحصار جیسی وجوہات بھی اہم ہیں۔

اس مسئلے کی وجوہات میں آپ کے سسر صاحب میں حد درجہ بڑھی ہوئی انانیت، تکبر اور خوشامد پسندی کے جذبات بھی شامل ہیں۔

بڑھاپا اپنے ساتھ کئی عارضے اور کئی نفسیاتی مسائل بھی لے کر آتا ہے۔ بعض بوڑھے لوگوں میں خاص طور پر بوڑھے مردوں میں دو چیزوں کی چاہ بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ ایک مزید لمبی عمر کی تمنا، دوسرے دولت کی ہوس....

دولت کی ہوس آدمی کو لوگوں کے ساتھ زیادتی پر بھی ابھارتی ہے۔ لالچی آدمی کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ بخیل بھی ہوتا ہے۔ دولت کی ہوس میں آدمی ان لوگوں کو پسند کرتا ہے جو اس کے لیے پیسے کی فراہمی کا ذریعہ بنے رہیں اور ان لوگوں کو ناپسند کرتا ہے جو اس سے پیسوں کے طالب ہوتے ہیں۔ دوسری طرف خوشامد پرستی کے جذبے کی تسکین کے لیے وہ اپنے خوشامدی لوگوں پر پیسے لٹاتا بھی ہے۔ اس طرح خوشامد پرستی اور دولت کی ہوس آدمی کو ایک عجیب متضاد کیفیات میں مبتلا کردیتی ہیں۔

آپ کے سسر پر اللہ رحم فرمائے۔ عمر کے اس حصے میں انہیں دنیا کی چاہ اور دولت کی ہوس کے بجائے آخرت کی فکر نصیب ہوجائے۔ ایک مرتبہ آخرت کی فکر نے ان کے دل میں جڑ پکڑی تو وہ کئی نفسیاتی عارضوں سے محفوظ ہوجائیں گے پھر وہ انصاف کی بات کریں اور خود پر ظلم کرنے سے بھی باز رہیں گے۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورۂ بقرہ کی آیت 256

لَآ اِكْرَاهَ فِي الدِّيْنِ قَدْ تَّبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَّكْفُرْ بِالطَّاغُوْتِ وَيُؤْمِنْ بِاللّٰهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقٰى لَا انْفِصَامَ لَهَا وَاللّٰهُ سَمِيْعٌ عَلِيْمٌ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد کا تصور کرکے دم کریں اور ان کی طرز فکر و عمل میں مثبت تبدیلی کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

پڑوسی تنگ کرتے ہیں

☆☆☆

سوال: دس سال پہلے میرے شوہر نے ایک فلیٹ خریدا تھا۔ اس وقت اس بلڈنگ میں چند فلیٹ آباد تھے۔ ہم اپنی تین بیٹیوں کے ساتھ وہاں شفٹ ہوگئے۔ پانچ سال میں تمام فلیٹ آباد ہوگئے۔

دو سال پہلے میرے شوہر کا انتقال ہوگیا اور میں بیٹیوں کے ساتھ اکیلی رہ گئی۔

اس بلڈنگ کے پڑوسی اچھے تھے۔ ہمارا بہت خیال رکھتے تھے۔ پچھلے سال وہ کسی دوسری جگہ شفٹ ہوگئے۔ اب جو نئے پڑوسی آئے ہیں وہ بہت ہی جھگڑالو لوگ ہیں اور آئے دن ہمیں بہت زیادہ تنگ کرتے ہیں۔ اکثر اپنے گھر کا کچرا ہمارے دروازے کے پاس پھینک دیتے ہیں دو تین بار سمجھایا بھی ہے لیکن تنگ کرنے سے باز نہیں آتے۔ رات کو بیل بجا کر بھاگ جاتے ہیں۔ کبھی دروازے پر لگا بلب توڑ دیتے ہیں۔ میں نے یونین والوں سے شکایت کی تو ایک دو دن تو خاموشی رہی لیکن پھر شرارتیں شروع ہوگئیں۔

ان کے گھر سے اکثر لڑائی جھگڑوں کی آوازیں آتی ہیں۔ مرد آپس میں بات بے بات لڑنے مرنے پر تیار رہتے ہیں۔ میرا بیٹیوں کا ساتھ ہے۔ میں ڈرتی ہوں۔ آپ کوئی وظیفہ بتائیں کہ یہ ہمیں تنگ کرنا چھوڑ دیں۔

جواب: قرآن کریم میں پڑوسیوں سے حسن سلوک کی تاکید پر مبنی کئی آیات موجود ہیں۔ اچھے انسانوں کے لیے اپنے پڑوسی کا خیال، عزت و احترام بہت ضروری ہے۔ پڑوسیوں کا خیال رکھنا اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ کی خوشنودی کا ذریعہ بھی ہے۔

ایک مرتبہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا "وہ شخص مومن نہیں جس کی ایذا رسانی سے اس کا پڑوسی محفوظ نہیں۔" (مسلم)

مومن بندہ کسی کے لئے بھی ایذا رسانی کا سبب نہیں بنتا بلکہ وہ لوگوں کے لئے خیر کا ذریعہ بنتا ہے یقیناً یہ بندۂ مومن کی شان نہیں کہ اس کی ذات سے کسی کو تکلیف پہنچے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے پڑوسیوں کو ہدایت عطا ہو۔

آپ بطور وظیفہ رات سونے سے پہلے سو مرتبہ سورہ الصف (61) کی آیت نمبر 13

نَصْرٌ مِّنَ اللّٰهِ وَفَتْحٌ قَرِيْبٌ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر برے پڑوسیوں کے شر سے محفوظ رہنے اور حالات کی بہتری کی دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اللہ تعالیٰ کے اسماء یَا مُؤْمِنُ یَا عَزِیْزُ کا ورد کیا کریں۔

شرارتی بیٹا

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آٹھ سال ہے۔ یہ

بچپن سے ہی شرارتی ہے۔ اس کی طبیعت میں بہت
زیادہ بے چینی ہے۔ گھر میں تو ایک منٹ بھی آرام سے
نہیں بیٹھتا۔ اکثر اسکول سے شکایتیں آتی رہتی ہے کہ
آپ کا بیٹا اپنی سیٹ پر ٹک کر نہیں بیٹھتا اور کلاس فیلو کو
بھی تنگ کرتا ہے۔ کسی کی پنسل چھین لیتا ہے تو کسی کی
کاپی پھاڑ دیتا ہے۔

رشتہ داروں کے یہاں جاؤ تو ان کے بچوں کو
مارتا ہے۔ ان سے چیزیں چھین لیتا ہے۔ جس وجہ سے
کئی ایک رشتے داروں نے صاف کہہ دیا کہ تم اپنے بیٹے
کو ہمارے گھر نہ لایا کرو۔

اب اسکول والوں نے بھی نوٹس بھیج دیا ہے کہ آپ
کا بچہ بہت تنگ کرنے لگا ہے اگر یہ ان حرکتوں سے باز نہ
آیا تو اس کا نام اسکول سے خارج کر دیا جائے گا۔

جواب: رات جب بیٹا گہری نیند میں ہو تو اس کے
سرہانے اتنی آواز سے کہ آنکھ نہ کھلے اکیس مرتبہ
سورہ النساء (4) کی آیت 113 میں سے

وَأَنزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ
وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ
وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بچے پر دم
کر دیں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ جاری رکھیں۔

لالچی شوہر... بے وفا ساتھی

☆☆☆☆

سوال: پانچ سال پہلے میری شادی ان کی پسند
اور شدید خواہش پر ہوئی تھی۔ شادی کے لیے انہوں
نے ہمارے گھر کے بہت چکر لگائے اور بالآخر میرے
گھر والوں نے میری شادی ان کے ساتھ کر دی۔

شادی کے چند ماہ بعد انہوں نے ذہنی طور پر مجھے اتنا
ناراض کیا کہ اب میری زندگی میں خوشی نام کی کوئی چیز نہ
رہی۔ شادی سے پہلے محبت کے دعوے جھوٹے نکلے۔

انہیں صرف میری سیلری سے محبت تھی۔ شادی
کے بعد انہوں نے ملازمت چھوڑ دی کہ یہ ملازمت
میرے معیار کی نہیں ہے لیکن اس کے بعد سے آج تک
انہوں نے کوئی ملازمت نہیں کی۔

ہر ماہ میری سیلری لے لیتے ہیں۔ رات بھر کیبل پر
انگلش فلمیں دیکھتے ہیں اور سارا دن سونے میں
گزار دیتے ہیں۔ اس عرصے میں ہمارے ہاں کوئی اولاد
بھی نہیں ہوئی۔

میں اس آس میں رہی کہ انہیں ایک نہ دن میری
قدر ہو جائے گی کہ میں نے ان کے لیے کتنا ایثار کیا ہے
لیکن میری امیدوں پر اس وقت پانی پھر گیا جب مجھے یہ
معلوم ہوا کہ اب وہ کسی اور عورت کے چکر میں ہیں
اور اس سے شادی کرنا چاہتے ہیں۔ یہ عورت بیوہ ہے
اور اپنے شوہر کا کاروبار دیکھ رہی ہے۔ اس کے دو چھوٹے
بچے ہیں۔ اس کے پاس جائیداد بھی کافی ہے۔

میں اس عورت کے دفتر گئی اور اپنا دکھڑا سنایا تو وہ
کہنے لگی کہ میں نے تو شادی کا ارادہ کر لیا ہے۔ دوسری
شادی کرنا کوئی جرم تو نہیں ہے۔ ہاں تمہارے شوہر کو
تمہارے حقوق ضرور ادا کرنا چاہیے لیکن میں اس سلسلے
میں تمہاری کوئی مدد نہیں کر سکتی۔

اس وقت سے میری نیندیں اڑ چکی ہیں۔ ڈپریشن و
پریشانی اتنی بڑھ تی ہے کہ گم سم رہنے لگی ہوں۔ کچھ
سمجھ نہیں آتا کہ میں کیا کروں۔

جواب: رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ
سورہ احزاب (33) کی آیت 43

هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ

لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمٰتِ إِلَى النُّوْرِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِيْنَ رَحِيْمًا○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کرکے دم کر دیں اور دعا کریں کہ انہیں آپ کے حقوق اچھی طرح ادا کرنے کی توفیق ملے۔

عمل کی مدت کم از کم ایک ماہ ہے۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کریں۔

شام کے وقت پانچ مرتبہ سورۂ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں۔ یہ عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے الٰہیہ یَا وَدُوْدُ یَا رَؤُوْفُ یَا رَحِیْمُ کا ورد کرتی رہا کریں۔

ڈر اور خوف

☆☆☆

سوال: میری اہلیہ کی عمر پینتیس سال ہے۔ دو سال پہلے ہمارے محلے کی ایک خاتون کا انتقال ہو گیا۔ دوسری خواتین کے ساتھ میری بیگم بھی ان کے ہاں گئیں۔ اس وقت وہ امید سے تھیں اور چوتھا مہینہ تھا۔ میت کا چہرہ دیکھ کر اچانک ان کی طبیعت خراب ہو گئی۔ محلے کی کچھ خواتین انہیں ہسپتال لے گئیں اور مجھے اطلاع کر دی۔ ڈاکٹروں نے کچھ دوائیاں لکھ دیں اور میں انہیں گھر لے آیا۔

کچھ دن تو آرام رہا پھر رات ہوتے ہی اہلیہ پر اچانک گھبراہٹ طاری ہونے لگتی۔ میری موجودگی کے باوجود وہ ساری رات ڈر کے مارے جاگ کر گزار دیتی ہیں۔

ان کیفیات میں ایک مہینہ گزر گیا اور ایک دن ان کا حمل ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے انہوں نے خود کو کمرے تک محدود کر دیا۔ اندھیرے میں رہنا ان کے لیے محال ہے۔ کمرے کی لائٹ آن رکھتی ہے لیکن ڈر وخوف کے باعث سوتی نہیں ہیں۔

دو سال میں مختلف ڈاکٹروں کو دکھایا لیکن کوئی خاص افاقہ نہیں ہوا۔

ڈاکٹر وقار عظیمی صاحب! میری اہلیہ کے لیے کوئی وظیفہ بتائیں کہ اس کا خوف ڈر ختم ہو جائے۔

جواب: اپنی بیگم سے کہیں کہ صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْحَلِيْمُ الْكَرِيْمُ. سُبْحَانَ اللّٰهِ رَبِّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ. اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ. اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ عِبَادِكَ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک پیالی پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ

اَسْئَلُ اللّٰهَ الْعَظِيْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ اَنْ يَّشْفِيَكَ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

صبح شام ایک ایک چمچ شہد پیا کریں۔

ماں بننے کی امید...!

☆☆☆

سوال: میری شادی کو چار سال ہو گئے ہیں۔ شادی کے بعد دو مرتبہ اولاد کی امید بندھی تھی لیکن پہلی مرتبہ حمل دو ماہ بعد اور دوسری مرتبہ تیسرے ماہ میں ہی ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے آج تک کوئی امید نہ بندھی۔

ہم نے ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ ہم دونوں میاں بیوی کے ٹیسٹ ہوئے۔ شوہر کی رپورٹ تو صحیح آئی۔ میری رپورٹ دیکھ کر ڈاکٹر نے تین ماہ کا کورس کرنے کا کہا لیکن پھر بھی میں امید سے نہ ہو سکی۔

میرے شوہر اولاد نہ ہونے کی وجہ سے بہت فکرمند رہتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ اولاد نہ ہونے سے گھر سونا سونا سا لگتا ہے۔ میری کزن نے آٹھ سال پہلے آپ سے اولاد نہ ہونے پر علاج کروایا تھا جس سے اسے اولاد ہو گئی تھی۔ اس نے مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا۔ میں بہت امید سے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ برائے کرم اس سلسلے میں میری رہنمائی اور مدد فرمائیں۔ میں ساری عمر آپ کو دعائیں دوں گی۔

جواب: آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر آپ چاہیں تو اپنے مسئلے کے لیے مطب تشریف لائیں اور لیڈی حکیم صاحبہ سے بالمشافہ ملاقات کر لیں۔

مزید معلومات کے لیے درج ذیل نمبر پر رابطہ کر لیں۔ 021-36688931

رشتہ طے نہیں ہوتا

☆☆☆

سوال: میری عمر بتیس سال ہے لیکن ابھی تک میری شادی نہیں ہوئی۔ جب میں ڈاکٹری کر رہی تھی اس وقت تین چار رشتے آئے تو والدین نے یہ کہہ کر منع کر دیا کہ بچی ابھی پڑھ رہی ہے۔

اب ڈاکٹر بن گئی ہوں اور میرا ذاتی کلینک بھی ہے جو ماشاءاللہ اچھا چل رہا ہے۔

والد صاحب نے رشتہ کے لیے کس کس سے کہہ رکھا ہے لیکن کہیں کوئی بات نہیں بنتی۔ لوگ آتے ہیں اور دیکھ کر چلے جاتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو کہنا ہے کہ تمہارا رشتہ بندھا ہوا ہے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک مرتبہ سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 163

وَاِلٰهُكُمْ اِلٰهٌ وَّاحِدٌ ۚ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شادی میں درپیش رکاوٹوں سے نجات اور بہتر جگہ رشتہ طے ہونے کے لیے دعا کریں۔ اس عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ رہ جانے والے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

عصر و مغرب کے درمیان پانچ مرتبہ سورہ فلق، پانچ مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ سورہ کوثر پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

ناپاکی کا وہم

☆☆☆

سوال: میری شادی کو بیس سال ہو گئے ہیں۔ میرے دو بیٹے ہیں۔ بڑا بیٹا پندرہ سال کا اور چھوٹا بیٹا گیارہ سال کا ہے۔ بیٹی نہیں ہے۔

مجھے گزشتہ چار سال سے یہ وہم ہو گیا ہے کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔ شروع شروع میں تو یہ خیال دن میں چار پانچ بار آتا تھا اور میں خوب اچھی طرح ہاتھ دھو لیتی تھی۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میرا وہم بڑھتا گیا اور مجھے مستقل یہ خیال رہنے لگا کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔

وہم کی شدت اتنی ہو گئی کہ میں کسی بھی چیز کو ہاتھ نہیں لگا سکتی کہ میرے ہاتھ لگانے سے گھر کی کوئی چیز

ناپاک نہ ہو جائے۔

شوہر نے تین چار ڈاکٹروں سے میرا علاج بھی کروایا لیکن کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔ میں چار سالوں سے سکون کو ترس گئی ہوں۔ لوگوں سے ملنے سے کترانے لگی ہوں۔ میرے وہم سے میرا گھر متاثر ہو رہا ہے۔

برائے کرم کوئی وظیفہ بتائیں کہ میرے ذہن سے ناپاکی کا وہم ہمیشہ کے لیے نکل جائے۔

جواب: صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْعَظِيْمُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ O

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک ٹیبل اسپون شہد پر دم کرکے چکھیں اور بچے اوپر بھی دم کردیں۔

یہ عمل کم از کم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

پارٹنر کی نیت بدل گئی

☆☆☆

سوال: میرے شوہر تیس سال مڈل ایسٹ میں رہنے کے بعد تین سال پہلے پاکستان آگئے۔ یہاں اپنا کاروبار کرنے کے لیے رشتے داروں اور دوستوں سے مشورے کے بعد چند دوستوں کے ساتھ فورمینشن کے کاروبار میں پارٹنر شپ کا فیصلہ لیا۔

دو سال تک تو کاروباری معاملات صحیح چلتے رہے اور کاروبار بھی وسیع ہوگیا۔ اس کے بعد سے میرے شوہر کے پارٹنرز نے شوہر کو مختلف حیلے بہانوں سے تنگ کرنا شروع کردیا کہ کاروبار میں نقصان ہو رہا ہے لہٰذا اب تمہیں منافع کم ملے گا۔

شوہر کو اپنے دوست کی نیت پر شک ہوگیا اور انہوں نے کمپنی کے سینئر اکاؤنٹنٹ کو اعتماد میں لے کر معلومات کیں تو پتا چلا کہ ان کے پارٹنرز جھوٹ بول رہے ہیں۔

شوہر نے دوبارہ اپنے پارٹنرز سے بات کی تو وہ لڑنے لگے۔ ایک پارٹنر نے یہاں تک کہہ دیا کہ اگر تم اپنا پیسہ واپس لینا چاہتے ہو تو ہم قسطوں میں تمہیں واپس کردیں گے اور اس دوران تمہیں کوئی منافع نہیں دیا جائے گا۔

میرے شوہر پارٹنر کی یہ بات سن کر بہت پریشان ہوگئے۔ انہیں ڈر ہے کہ کہیں پارٹنرز ان کا پیسہ غصب نہ کرلیں۔ ہماری سمجھ میں کچھ نہیں آرہا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد رات سونے سے قبل اکیس مرتبہ سورہ حم السجدہ (41) کی آیت 30

اِنَّ الَّذِيْنَ قَالُوْا رَبُّنَا اللّٰهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوْا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلٰٓئِكَةُ اَلَّا تَخَافُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا وَاَبْشِرُوْا بِالْجَنَّةِ الَّتِيْ كُنْتُمْ تُوْعَدُوْنَ O

گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں کہ معاشی معاملات میں اللہ تعالیٰ کی مدد اور حفاظت ہمیشہ آپ کے ساتھ رہے۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

وضو بے وضو کثرت سے يَا وَكِيْلُ يَا عَزِيْزُ کا ورد کریں۔ حسب استطاعت صدقہ کردیں۔

ہر جمعرات کے دن کم از کم اکیس روپے خیرات کردیا کریں۔

ڈاکٹر بننے کا خواب

☆☆☆

سوال: میں میڈیکل کے تھرڈ ایئر میں ہوں۔ پہلے دو سال تک تو میں نے ہر سمسٹر میں کامیابی حاصل کرلی تھی لیکن تیسرے سال دو پیپرز میں فیل ہوگئی ہوں۔

میں جب بھی کتابیں لے کر بیٹھتی ہوں تو سر بھاری ہو جاتا ہے۔ مختلف قسم کے فضول خیالات آنے سے

ذہن الجھ جاتا ہے۔ اگر کوشش کر کے زبردستی کچھ پڑھ بھی لیتی ہوں تو شدید ذہنی تھکن ہو جاتی ہے۔
اب اپنی حالت دیکھ کر ڈرتی ہوں کہ کہیں ڈاکٹر بننے کا خواب ادھورا نہ رہ جائے۔

جواب: صبح کے وقت اکیس مرتبہ سورہ قمر 54 کی آیت 17

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَّكِرٍ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔ اس کے بعد پڑھائی میں دل لگنے اور امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کی دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔
شام کے وقت ایک چمچ شہد پر اکیس مرتبہ اسم الٰہی یَا عَلِیمُ یَا حَفِیظُ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر کے پئیں۔
یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

مکان میں اثرات

☆☆☆

سوال: تین ماہ پہلے ہم اپنے نئے مکان میں شفٹ ہوئے تھے۔ ایک ماہ بعد ہمارے گھر میں خون کے تازہ چھینٹے فرش پر اور بیڈروم کی دیواروں پر پڑے ہوئے ملے۔ میں نے ملازمہ سے صاف کروا دیئے۔ اس کے بعد سے ہمیں اس مکان میں عجیب سی وحشت اور گھبراہٹ ہونے لگی۔ پہلے ایک بچے کی طبیعت خراب ہوئی۔ اس کے بعد دوسرے بیٹے کی طبیعت اچانک اتنی خراب ہو گئی کہ اسے ہسپتال ائز کرنا پڑا۔ ان دونوں بیٹوں کا علاج چل رہا ہے۔
میں جب بھی بیڈروم میں جاتی ہوں مجھے بدبو کے احساس کے ساتھ اپنا سانس بھی رکتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ رات کو سوتی ہوں تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ کوئی میرے چہرے کے پاس آ کر سانس لے رہا ہے۔ آنکھ کھولتی ہوں تو کچھ نظر نہیں آتا۔ اب ایک ماہ سے بیڈروم میں رات کے وقت کسی کے چلنے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں اور اکثر سوتے میں کوئی میرے پیر کے انگوٹھے کھینچتا ہے۔ گردن اور ہاتھوں پر باریک باریک سرخ نشان بھی پڑنے لگے ہیں۔
میرے شوہر نے دو تین لوگوں کو گھر دکھایا۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ مکان بھاری ہے۔ ایک صاحب نے عمل بھی کیا لیکن جب کچھ تبدیلی نہ آئی تو انہوں نے مشورہ دیا کہ آپ کسی روحانی بزرگ سے رابطہ کریں۔
میری خالہ آپ کا رسالہ کئی سالوں سے بہت شوق سے پڑھ رہی ہیں۔ انہوں نے میرے حالات سن کر مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا ہے۔

جواب: قرآن پاک کی سورۃ الزلزال (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر یا پرنٹ نکلوا کر فریم کروالیں یا پلاسٹک کوٹنگ کروالیں اور اسے مکان کے دروازے کی دیوار پر کسی بلند جگہ پر آویزاں کر دیں۔ یہ فریم ایسی جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آتے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔
عصر مغرب کے درمیان نسبتاً بلند آواز کے ساتھ مکان کے صحن یا بڑے کمرے میں کھڑے ہو کر اذان دی جائے۔ مکان میں کم از کم گیارہ دن تک ایک وقت مقرر پر پابندی کے ساتھ لوبان کی دھونی دی جائے۔
رات کے وقت گھر میں اندھیرا نہ کیا جائے۔ ایک یا زیادہ بلب روشن رکھے جائیں۔
اہل خانہ کے لیے نمک کا استعمال کم کر دیں اور ایک ایک چمچ شہد صبح شام پئیں۔

بڑھتا ہوا وزن

☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میں غیر شادی شدہ ہوں۔ دو سال سے ایک آفس میں جاب کر رہی ہوں ۔گزشتہ ایک سال سے میرا وزن بڑھ رہا ہے۔ پیٹ بہت زیادہ باہر نکل آیا ہے۔ میں نے موٹاپا کم کرنے کے لیے کئی ٹوٹکے بھی استعمال کیے لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔

اس سال میری شادی طے ہے۔ میں اپنے موٹاپے کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔

جواب: وزن کم کرنے کے لیے آپ عظیمی لیبارٹریز کی تیار کردہ ہربل ٹیبلیٹ مہزلین کا استعمال کر سکتی ہیں۔

صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہزلین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوفٹ ڈرنکس، آئسکریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پئیں۔

ہربل ٹیبلیٹ مہزلین کی ہوم ڈیلیوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آرڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

ذمہ داریاں اور لگن

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر اکیس سال ہے۔ میٹرک کے بعد اس نے پڑھنا چھوڑ دیا۔ کوئی ہنر وغیرہ بھی نہ سیکھا۔ زیادہ تر گھر پر وقت گزار رہا۔ بڑی مشکل سے چھ ماہ پہلے اسے ایک جگہ ملازمت دلوائی، وہاں تین ماہ تک کام کیا لیکن پھر کام چھوڑ کر گھر بیٹھ گیا۔

اگر میں کچھ کہوں تو مجھ سے الجھ پڑتا ہے اور ناراض ہو کر گھر سے باہر چلا جاتا ہے۔

جواب: جن لوگوں کے سامنے چھوٹے یا بڑے مقاصد نہ ہوں، وہ حصولِ تعلیم کو لاحاصل محنت اور عملی زندگی کی مشقتوں کو بوجھ سمجھنے لگتے ہیں۔ ایسے لوگ ذمہ داریوں سے فرار چاہتے ہیں۔ فرار کی ان کوششوں میں کچھ لوگ اپنے جیسے فارغ لوگوں کی صحبت اختیار کر کے وقت برباد کرتے ہیں۔ کچھ لوگ دفع وقتی کے لئے کوئی شوق پال لیتے ہیں یا کسی لت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

اس طرح کے لوگوں کی اصلاح کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ان میں کسی نہ کسی مقصد سے لگن پیدا کی جائے لیکن یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ خود ان کا اپنا شوق بھی اس مقصد سے ہم آہنگ ہو۔ اس مقصد کے حصول کے لئے ان کی مسلسل حوصلہ افزائی کی جائے۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے قبل اکتالیس مرتبہ سورہ العنکبوت (29) کی آیت 7

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَحْسَنَ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں۔ اس کے مزاج کی اصلاح اور اس میں ذمہ داریوں کے احساس کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

مختصر مختصر

کشش وجاذبیت

فائزہ۔ مہرین۔ جویریہ۔ وحید۔ عارف۔ راحت

جواب: رات سونے سے پہلے دو انجیر دودھ میں ابال کر کھالیں اور دودھ پی لیں۔ کھانوں میں چند ہفتوں تک ہر دوسرے تیسرے دن میتھی کے ساگ کا استعمال کیجیے۔

چہرے میں کشش کے لیے بطور روحانی علاج فجر کی نماز کے بعد سورہ یوسف کا پہلا رکوع پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ دعا کی طرح چہرے پر پھیر لیں۔

بہن بھائی لڑتے ہیں

نفیسہ۔ ثریا۔ عبد الغفار۔ شکیل۔

جواب: جب آپ کے بچے گہری نیند سو رہے ہوں تو اکتالیس مرتبہ سورہ شوریٰ (42) کی آیت نمبر 28

وَهُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوا وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر دیا کریں اور انہیں باہم محبت سے رہنے کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

پتے میں پتھری

نائلہ۔ قمر النساء۔ شہزاد۔ زمرد

جواب: ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کریں۔ جب تک آپریشن نہ ہو روزانہ صبح نہار منہ ایک بڑا سیب کھائیں اور رات کو سوتے وقت زیتون کا تیل ایک چمچ پئیں۔

جب بھی پانی پئیں سات مرتبہ اسمائے الٰہیہ

الملک القدوس الرحمن الرحیم

پڑھ کر دم کر کے پئیں۔

ہاضمہ خراب رہتا ہے

فائزہ۔ نوشاد۔ قمر النساء

جواب: ایک چھٹانک سونف کو گرائینڈ کر کے سفوف بنالیں۔ یہ سفوف 3 گرام لیکر اس میں 12 گرام گل قند میں ملالیں۔ یہ مرکب دوپہر و رات کھانے سے پہلے استعمال کریں۔

اس کے علاوہ سبز شعاعوں میں تیار کردہ پانی ایک ایک پیالی صبح نہار منہ اور شام، زرد شعاعوں میں تیار کردہ پانی دوپہر اور رات کھانے سے قبل ایک ایک پیالی پئیں۔

دو تین ماہ تک زیادہ چکنائی والی اور دیر ہضم غذائیں نہ لیں۔

بھوک نہیں لگتی

شائستہ۔ نسیمہ۔ مریم۔

جواب: بیٹی بیٹے کو جب بھی دودھ پلائیں یا کچھ کھانے کو دیں، گیارہ مرتبہ اسم الٰہی یَا حَفِیْظُ پڑھ کر کھانے پینے کی چیز پر دم کر دیں۔

نظر سے حفاظت کے لیے رات سونے سے پہلے سات مرتبہ سورہ کوثر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت کچھ صدقہ بھی کر دیں۔

زائد بال

فرخندہ۔ نسرین۔ شاہدہ۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ

مَا يَقُولُونَ مَا لَا يَفْعَلُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں اور دونوں ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیر لیں۔ یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔

❋